باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

102

ماہنامہ عبقری ® لاہور

دسمبر 2014 صفر المظفر 1436 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 45 روپے

سورۂ اخلاص

کے عمل سے کاروباری مشکلات دور

خشک میوے اپنائیں سردیاں خوشگوار بنائیں



مراقبہ سے ذہنی سکون اور دلی تقویت کا راز

انتظار کی گھڑیاں ختم۔۔۔!!! خاص الخاص تحفہ
قارئین کے سینوں کے راز (اسپیشل ایڈیشن) اگلا شمارہ۔۔۔!

صحت مند جلد، روشن آنکھیں اور لمبے بال۔۔۔آپ کے بھی ہوسکتے ہیں

- جوڑوں کے درد اور ٹوٹی ہڈی سے پریشان متوجہ ہوں!
- چند الفاظ نے رزق کے بند دروازے کھلوا دیئے
- دوانمول خزانہ نے بائیس سال پرانا جادو ختم کر دیا
- بلڈ پریشر اور پیٹ کے تمام امراض سے نجات
- ایک آیت نے کرایہ دار کو مالک مکان بنا دیا
- سفید بال کالے کرنے کا آزمایا نسخہ
- لیکوریا کیلئے آزمودہ نسخہ

باجرہ کی ایک روٹی!

سولہ گھنٹے بغیر تھکن کام

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَاۗءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ (پھلت) حضرت علامہ لاہوتی پراسراری دامت برکاتہم العالیہ

شمارہ نمبر 6 | جلد نمبر 9 | دسمبر 2014ء صفر المظفر 1436 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

دسمبر 2014ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شارہ 45 روپے | سالانہ ممبر شپ 690 روپے بمعہ رجسٹرڈ ڈاک | بیرون ملک سالانہ 63 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایڈیٹر کا مضمون نگار سے متفق ہونا ضروری نہیں

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے‘ وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے‘ برتن‘ جوتے‘ فرنیچر‘ رضائیاں‘ اپنی زکوٰۃ‘ صدقات‘ عطیات اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے‘ یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرا دیں۔ شکریہ! رجسٹریشن نمبر RP/6237/L/S/10/1534

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں!

کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں‘ رسائل‘ ڈائجسٹ‘ میگزین وغیرہ۔ آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ بنیں۔ مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں‘ ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں‘ وہ محفوظ ہونگی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک‘ ٹرین یا ڈاک خانہ کے ذریعے دفتر ماہنامہ عبقری چیزیں بھیج دیں۔ شکریہ! نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

حضرت حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے

صرف اس نمبر 0322-4688313 پر وقت لیکر آئیں۔ حضرت حکیم صاحب صرف (پیر‘ منگل‘ بدھ‘ جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ بغیر وقت لئے آنیوالے حضرات سے معذرت‘ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائیگی‘ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔ (روحانی وجسمانی دونوں)

خط وکتابت کا پتہ: ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن 78/3 عبقری اسٹریٹ نزد قرطبہ مسجد مزنگ چونگی لاہور

عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے

نقشہ: مزنگ چونگی قرطبہ مسجد کے ساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔

فون / فیکس 042-37425801-37425802-37425803

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

اگر کسی کی کوئی مراد ہو اور وہ اسے حاصل کرنا چاہتا ہو تو دس لاکھ اسم ''اللہ'' کا شروع کریں' دس لاکھ مکمل ہوتے ہی مسئلہ مسائل ختم ہو جاتے ہیں' کام ہو جاتا ہے۔

نوجوان کے بدن سے مشک و عنبر کی خوشبو

حضرت علامہ عبداللہ بن اسعد یافعی رحمۃ اللہ علیہ نے فن تصوف میں ایک کتاب لکھی ہے اس کا نام ''الترغیب والترہیب'' ہے' اس میں انہوں نے ایک نوجوان کا واقعہ نقل فرمایا ہے کہ ایک نوجوان سے ہمیشہ مشک اور عنبر کی خوشبو مہکتی تھی' اس کے کسی متعلق نے اس سے کہا کہ آپ ہمیشہ اتنی عمدہ ترین خوشبو میں معطر رہتے ہیں' اس میں کتنا پیسہ بلاوجہ خرچ کرتے رہتے ہیں؟ اس پر نوجوان نے جواب دیا کہ میں نے زندگی میں کوئی خوشبو نہیں خریدی' اور نہ ہی کوئی خوشبو لگائی' سائل نے کہا: تو پھر یہ خوشبو کہاں سے اور کیسے ممکن ہے؟ نوجوان نے کہا کہ یہ ایک راز ہے جو بتلانے کا نہیں' سائل نے کہا آپ بتلا دیجئے شاید اس سے ہم کو بھی فائدہ ہوگا۔ نوجوان نے اپنا واقعہ سنایا کہ میرے باپ تاجر تھے گھریلو سامان فروخت کیا کرتے تھے' میں ان کے ساتھ دوکان میں بیٹھا تھا' ایک بوڑھی عورت نے آکر کچھ سامان خریدا اور والد صاحب سے کہا کہ آپ لڑکے کو میرے ساتھ بھیج دیجئے تاکہ میں اس کے ساتھ سامان کی قیمت بھیج دوں۔ میں اس بوڑھی عورت کے ساتھ گیا تو ایک نہایت خوبصورت گھر میں پہنچا' اور اس میں ایک نہایت خوبصورت کمرے میں ایک مسہری پر ایک نہایت خوبصورت لڑکی موجود تھی' وہ مجھ کو دیکھتے ہی میری طرف متوجہ ہوئی کیونکہ میں بھی نہایت حسین ہوں۔ میں نے اس کی خواہش پوری کرنے سے انکار کیا' تو اس نے مجھے پکڑ کر اپنی طرف کھینچا' فوراً اللہ پاک نے میرے دل میں یہ بات ڈال دی۔ میں نے کہا کہ مجھے قضاء حاجت کیلئے بیت الخلاء جانے کی ضرورت ہے۔ اس نے فوراً اپنی باندیوں اور خادموں سے کہا کہ جلدی سے بیت الخلاء ان کیلئے صاف کردو۔ میں نے بیت الخلاء میں داخل ہو کر خود اجابت کرکے نجاست کو اپنے بدن اور کپڑوں پر مل لیا اور اسی حالت میں باہر آیا۔ جب مجھے اس حالت میں دیکھا تو اس نے کہا: اسے فوراً یہاں سے باہر نکال دو! یہ مجنون ہے۔ میرے پاس ایک درہم تھا میں نے اس سے ایک صابن خرید کر ایک نہر میں جاکر غسل کیا' اور کپڑے بھی دھو کر پہن لیے اور میں نے یہ راز کسی کو بتلایا نہیں۔ جب میں اسی رات میں سویا تو خواب میں دیکھا کہ ایک فرشتہ نے آکر مجھ سے کہا کہ اللہ تعالیٰ کی طرف سے تم کو جنت کی بشارت ہے اور معصیت سے بچنے کیلئے جو تدبیر تم نے اختیار کی تھی اس کے بدلہ میں تم کو یہ خوشبو پیش کی جارہی ہے۔ چنانچہ میرے پورے بدن پر وہ خوشبو لگائی گئی جو میرے بدن اور کپڑوں سے ہروقت مہکتی رہتی ہے جو آج تک لوگ محسوس کرتے ہیں۔ الحمدللہ رب العالمین۔

حالِ دل

جو میں نے دیکھا سنا اور سوچا

نشے سے چور شخص



چھبیس سال کا وہ نوجوان اپنی سرخ آنکھیں لیے میرے سامنے بیٹھا تھا اور اس کے ساتھ اس کی مجبور ماں! نوجوان کی شکل و صورت اور انداز بتا رہا تھا کہ وہ نارمل نہیں۔ میں حیران تھا کہ اسے کیا ہوا؟ خود ہی بولا کہ آپ کے پاس شراب کا نشہ چھوڑنے کا کوئی حل ہے؟ میں نے کہا انشاءاللہ کیوں نہیں! کہنے لگا: سوچ لیں! کیونکہ میرے اوپر اب خود شراب نے بھی اثر کرنا چھوڑ دیا ہے۔ کہنے لگا: مثال کے طور پر مشہور شراب کی برانڈ بلیک لیبل ایک لیٹر پی لوں نشہ نہیں ہوتا' دوسرا لیٹر پیوں نشہ نہیں ہوتا' تیسرا لیٹر پیوں اثر نہیں کرتا کیونکہ اب اس کی مقدار روز بروز بڑھتی چلی جارہی ہے۔ پھر کسی نے مجھے ہومیوپیتھک کی دوا بتائی اور دس قطرے دن میں چار دفعہ پینے کو کہا اس نے بھی اثر نہ کیا۔ میں نے اس کی مقدار بڑھائی اثر نہ ہوا اور میرے جسم پر نشہ طاری نہ ہوا آخر آدھا لیٹر بھی اثر نہیں کرتی۔ جب اس نے لفظ ''آدھا لیٹر'' کہا تو میں چونک پڑا کیونکہ وہ دوا تو آدھا لیٹر کئی بندوں کو مارنے کیلئے کافی ہوتی ہے۔ میں نے پوچھا آپ کو نشہ کہاں سے لگا؟ اور شراب کی ابتدا کیسے ہوئی۔ کہنے لگا کالج و یونیورسٹی کی غلط سوسائٹی سے' نسلوں کو اعلیٰ تعلیم' اعلیٰ ڈگریاں اور ڈگریوں کے انوکھے انوکھے اعلیٰ نام تو دیئے جاتے ہیں کیا اخلاق اور بہترین سچی سوچوں کی اعلیٰ تربیت بھی دی جاتی ہے۔ آج کے دور میں معاشرہ اتنا نیچے گر گیا اور زندگی کے اطوار میں ہم اتنا دور ہوگئے کہ اعلیٰ تعلیم رواج تو ہے لیکن اعلیٰ اخلاق بالکل ختم ہوگئے۔ اولاد کن لوگوں کے ساتھ اٹھتی بیٹھتی ہے۔۔۔۔ کچھ خبر نہیں۔۔۔۔! ایک عقل مند دانا شخص نے کہا اولاد کو چھوٹوں کے ساتھ اور ہم عمروں کے ساتھ کبھی نہ بٹھائیں بلکہ اولاد کو اپنے سے بڑے عقل مند اور دانا لوگوں کے ساتھ اٹھنے بیٹھنے کا عادی بنائیں۔ ایک ہندو نے اپنے بیٹے کو نصیحت کی بیٹا اگر جوا کھیلنا ہے تو پہلے پرانے جواری سے ملنا' اگر شراب پینی ہے تو وہاں جانا جہاں شراب بنتی ہے۔ ہندو بہت بڑی دولت چھوڑ کر مرگیا' بیٹے کو جوئے کا شوق تھا' ایک پرانے جواری کے پاس گیا دیکھا تو وہ ٹھیکریوں پر ٹھیکریاں ماررہا پوچھا ایسا کیوں ہے۔۔۔۔ کہا پہلے مال تھا تو پتے پر پتہ مارتا تھا اب مال ختم ہوگیا اب ٹھیکریوں پر ٹھیکریاں مارتا ہوں۔۔۔۔ پھر وہ شراب خانے گیا جہاں شراب بنتی تھی' وہاں جب اس نے دیکھا گلی سڑی چیزوں سے جس میں کیڑے پڑے ہوئے تھے ان سے شراب کشید کی جارہی ہے تو ایسی نفرت ہوئی کہ ہمیشہ کیلئے شراب نہ پینے کا عہد کیا۔ قارئین! نسلیں ہماری زندگی کا سرمایہ ہوتی ہیں اپنی نسلوں کو گھر سے باہر بھی کھلا نہ چھوڑیں بلکہ ان کی نگہبانی' نگہداشت اور خیر خبر لینے میں کبھی کوتاہی نہ کریں ورنہ ایسے دوست مل جائیں گے جو ان کو نہ دنیا کا چھوڑیں گے نہ آخرت کا۔۔۔۔!!!!

درس روحانیت و امن

مجھے اپنے رب کیلئے چھوڑ دیں

شیخ الوظائف حضرت حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی دامت برکاتہم العالیہ

ہفتہ وار درس سے اقتباس

رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کو پیغام نکاح: حضرت رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کے دور میں ایک بہت بڑے عالم دین اور اللہ والے تھے۔ انہوں نے رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کو نکاح کا پیغام بھیجا، وجہ صرف رابعہ سے نسبت تھی، تاکہ کل قیامت کے دن میری بخشش کا سامان ہوجائے۔

"نیکاں دے لڑ لگ کے شاید میں وی بخشیاں جانواں"

جب نکاح کا پیغام بھیجا تو رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا نے فرمایا کہ کچھ ایسے سوال ہیں اگر آپ ان کے جواب دے دیں تو میں آپ سے نکاح کرلوں گی کہ: ۱) قیامت کے دن میرا نامہ اعمال دائیں ہاتھ پر ملے گا یا بائیں ہاتھ پر ملے گا؟ مجھے اس کا جواب دے دیں۔ عالم دین کہنے لگے۔۔۔! کوئی پتہ نہیں۔ ۲) کہا کل قیامت کے دن لوگ پل صراط سے کٹ کٹ کے جہنم میں گریں گے اور کچھ لوگ ایسے ہوں گے جو بجلی کی سی رفتار سے گزر جائیں گے کیا آپ مجھے یہ بتاسکتے ہیں کہ میں کٹ کر جہنم میں گروں گی یا گزر جاؤں گی؟

عالم دین کہنے لگے: "مجھے اس کا بھی پتہ نہیں، بلکہ مجھے تو اپنا بھی پتہ نہیں کہ کیا ہوگا۔ ۳) کہا موت کے وقت کچھ لوگ ایسے ہوں گے جن کا خاتمہ بالخیر ہوگا اور کچھ لوگ ایسے ہوں گے جن کا ایمان اور کلمہ چھن جائے گا۔ آپ مجھے یہ بتائیں کہ میرا معاملہ خیر پر ہوگا یا شر پر ہوگا۔۔۔؟

عالم دین کہنے لگے: مجھے اس بارے میں کچھ پتہ نہیں۔

۴) کہا چوتھا سوال یہ ہے کہ کل قیامت کے دن کچھ لوگوں کو اللہ جنت عطا فرمائیں گے اور کچھ لوگوں کو جہنم، کیا آپ مجھے بتاسکتے ہیں کہ اللہ مجھے جنت میں بھیجے گا یا جہنم میں بھیجے گا؟ عالم دین نے فرمایا مجھے ان جوابات کی کوئی خبر نہیں۔ تو رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا نے کہا: پھر مجھے اپنے رب کیلئے چھوڑ دیں۔ کیونکہ میرا سفر بہت کٹھن ہے، میری منزل بہت دور ہے اس پر مجھے سفر کرنا ہے اور زندگی کی کوئی خبر نہیں۔ پتہ نہیں میں کہاں سے کہاں پہنچ جاؤں۔ اس لیے میرا معاملہ میرے رب پر چھوڑ دیں۔

رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کی ظاہری قسمت: ان کا نام رابعہ اس لیے رکھا گیا کہ ان سے بڑی تین اور بہنیں تھیں اور ان کے والد نرینہ اولاد چاہتے تھے لیکن چوتھی پھر بیٹی ہوئی۔ رابعہ عربی میں چار کو کہتے ہیں، چونکہ ان کا نمبر بھی چوتھا ہی تھا، اس لیے رابعہ کہلائی۔ ان کے پیدا ہوتے پر ان کے باپ نے ان کو اٹھا کر پھینک دیا۔ ماں بھی بہت روئی تھی کہ چوتھی بھی بیٹی ہوئی لیکن ان کو علم نہیں تھا کہ اس رابعہ کے ماتھے پر اس کے مقدر پر اس کے نصیب میں جو اللہ پاک کی ذات کا تعلق لکھا ہے وہ تو شاید اور بیٹیوں کو نہ مل سکے وہ شاید زمانے کی کسی دوسری رابعہ کو نہ مل سکے۔

رابعہ بصریہ رحمۃ اللہ علیہا کو عظمت کی بلندی کیوں ملی: کس چیز نے اس قسمت کی ماری بیوہ، خالص حبشی، غلام، بانجھ اور فقرو فاقہ اور غربت و تنگ دستی کا شکار ہونے کے باوجود بھی عظمت کی بلندیاں عطا کیں؟ وہ صرف ایک ذات تھی اور وہ اللہ جل شانہٗ کی ذات عالی تھی۔ یاد رکھئے گا۔۔۔! جو زندہ اور سدا رہنے والے کے ساتھ دوستی لگالے گا وہ سدا زندہ رہے گا اور مرجانے والوں کے ساتھ دوستی لگائی تو جب وہ مرجائیں گے گم نام ہوجائیں گے تو وہ بھی مرجائے گا گم نام ہوجائیگا اور پھر ایسا بھی ہوتا ہے کہ دنیا کے بڑے کے ساتھ دوستی لگانے کیلئے ایمان بیچنا پڑتا ہے اور بعض اوقات ضمیر بھی بیچنا پڑتا ہے اور پھر ایسا بھی ہوتا ہے کہ عزت بھی چلی جاتی ہے۔ دنیا کے بادشاہ کے ساتھ دوستی لگانے کیلئے انسان کو ستر قسم کے حیلے کرنے پڑتے ہیں اور ان حیلوں میں اس کی اپنی کافی مشکلات ہوتی ہیں جس کی کوئی حد نہیں ہوتی۔

چڑھتے سورج کی پوجا: پچھلے دور کی ریاستوں کے حالات میں نے پڑھے، سنے اور ان کے حالات خود دیکھے۔ موجودہ دور کے اقتدار میں آنے جانے والے اور ان سے دوستی لگانے والوں کے حالات کا آپ نے بھی مشاہدہ کیا اور کچھ میں نے بھی کیا کہ انہوں نے دوستی کیلئے کیا کچھ نہیں کیا، صرف اس لیے کہ ان سے تعلق رہے لیکن غور طلب امر یہ ہے کہ کیا ان کی یہ دوستی دائمی ہوتی ہے۔

فیروز پور روڈ پر ایک سیاستدان سے ہم کلامی ہوئی، مجھ سے کہنے لگا سیاست نے مجھے ختم کردیا ہے اب موجودہ حکمران کہتے ہیں کہ آپ سابقہ حکمران جماعت والوں سے کیوں ملتے ہیں اور پہلے والے کہتے تھے کہ اب تم ہمارے ہو آئندہ ان سے نہ ملیے گا، اب سابقہ دور کے آنے والوں سے ملنا ان کی مجبوری ہے اور موجودہ دور کے حکمران ان کو قبول کرنے کو تیار نہیں اور وہ سابقہ حکمران ان کو قبول کرنے کو تیار نہیں۔

نواب آف بہاولپور کا شاہی حکیم: حکیم خواجہ رحیم اللہ نواب بہاولپور کے شاہی حکیم تھے۔ نواب ان سے کسی بات پر ناراض ہوگئے تو حکیم صاحب سوچنے لگے کہ نواب صاحب کے سامنے کیسے جاؤں؟ نہ جانے وہ کیا سزا دیں گے۔ نواب کا ایک مزاج تھا کہ وہ بہت زیادہ مارتے تھے اور مارنے کے بعد پھر انعام بھی دیا کرتے تھے۔ نواب کا جلال ایسا تھا کہ ان کے ہاتھ میں ہروقت ایک چھڑی ہوتی تھی جسے وہ اپنی پنڈلی پر مارتے رہتے تھے اور اسی سبب ان کی پنڈلی کالی ہوگئی تھی۔ ہروقت غصے میں رہنے کی وجہ سے اپنے آپ کو ہی مارتے رہتے تھے۔ خواجہ رحیم اللہ اس سوچ میں تھے کہ نواب صاحب کے سامنے کیسے جاؤں شاہی حکیم اور نواب صاحب میں باہمی محبت بھی بہت تھی۔ ایک دفعہ شاہی حکیم نواب سے روٹھ گئے اور روٹھ کر حیدرآباد چلے گئے۔ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ سے ملاقات میں آپ نے مجھے درس میں شرکت کرنے کا کہا تھا جس کے بعد سے درس میں مسلسل حاضری ہورہی ہے' محترم حکیم صاحب! درس نے تو میری حالت ہی بدل ڈالی ہے' پہلے ہروقت برے خیالات گھیرے رہتے تھے' کوئی برا کام کرتا تو ساتھ توبہ کرلیتا' ایک عجیب سی اچھائی اور برائی کے درمیان حالت تھی۔ مگر جب سے درس میں آنا شروع ہوا ہوں' رزق کے خزانے کھل گئے ہیں' جس دن استغفار کی تسبیح پڑھ لوں کام اور تیز ہوجاتا ہے' فرق صاف محسوس ہوتا ہے۔ طبیعت برے کاموں سے اچاٹ ہوگئی ہے' دل ذکرو نماز میں لگنا شروع ہوگیا ہے۔ اب تو دفتر میں بھی کمپیوٹر پر درس سنتا ہوں۔ (محمد ابراہیم)

دائمی قبض سے چھٹکارا: معدہ اور آنتوں کی خراش (السر) کے لیے مکھن اور کھجور ہموزن لے کر ناشتہ کرنے سے فائدہ ہوتا ہے اور دائمی قبض دور ہو جاتی ہے۔

اسلام کے کاروباری اخلاق!

(ڈاکٹر بشیر احمد)

اسلام ایک ایسا نظام حیات ہے جو جہاں عقائد' عبادات اور روحانیات کے بارے میں ہدایات دیتا ہے وہاں سیاسی' سماجی' معاشی اور اخلاقی مسائل کے حل کیلئے بھی انسانیت کی رہبری کرتا ہے۔ مطلب کہ زندگی کا کوئی بھی ایسا پہلو نہیں جس کے بارے میں اسلام کی بنیادی اور اصولی ہدایات موجود نہ ہوں لیکن چونکہ ہمارا موضوع کاروباری اخلاق کے بارے میں اسلامی تعلیمات پر بحث کرنا ہے اس لیے ہم سب سے پہلے کاروبار کی اہمیت پر بحث کریں گے اس کے بعد اخلاق اور کاروباری اخلاق پر گفتگو کریں گے۔

کاروبار کی اہمیت: یہ ایک حقیقت ہے کہ رزق حاصل کرنے کے جتنے بھی ذرائع ہیں ان میں کاروبار سب سے بڑا اور اہم ذریعہ ہے۔ کسی فرد' قوم اور ملک کی آزادی' خودمختاری' خوشحالی' تعمیر و ترقی میں کاروبار اہم کردار ادا کرتا ہے۔ کاروبار کی اس اہمیت کے پیش نظر اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے۔ ترجمہ: ''ایک دوسرے کا مال ناجائز ذریعے سے نہ کھاؤ بلکہ باہمی رضامندی کے ساتھ تجارت کی راہ سے نفع حاصل کرو۔'' (النساء 29) ترجمہ: ''جب نماز پوری ہو جائے تو زمین میں پھیل جاؤ اور اللہ کے فضل (مال تجارت و رزق) کو تلاش کرو۔'' (الجمعہ 10) یہاں ''فضل'' سے مراد طلب رزق و مال ہے اور آیت کا شان نزول (Back Ground) ترغیب تجارت پر مبنی ہے۔ حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''سچا اور امانت دار تاجر قیامت کے دن نبیوں' صدیقوں اور شہیدوں کے ساتھ ہوگا۔ (جامع ترمذی)

ایک اور روایت میں آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''رزق بیس دروازوں سے آتا ہے' ان میں سے انیس تاجر کیلئے کھلے ہوئے ہیں۔'' (کنز العمال) اس کا مطلب کہ 95 فیصد رزق کے دروازے کاروباری لوگوں کیلئے کھلے ہوئے ہیں' یہی سبب ہے کہ اس وقت سب سے زیادہ سرمایہ کاروباری لوگوں کے پاس ہے۔ ذرائع معاش میں کاروبار کی جو اہمیت ہے اس کو بیان کرتے ہوئے مولانا حفظ الرحمٰن سیوہاروی فرماتے ہیں: ''اقتصادی نظام کی ترقی و برتری کا راز سب سے زیادہ تجارت میں مضمر ہے جو قوم یا ملت جس قدر اس میں دلچسپی لیتی ہے وہ اسی قدر اپنی اقتصادی بہبود کی زیادہ خود کفیل بنتی ہے اور جس قوم یا ملک کے باشندے تجارت سے دلچسپی نہیں رکھتے وہ اقتصادی نظام میں ہمیشہ دوسروں کے دست نگر رہتے ہیں اور اسی راہ سے دوسری اقوام ان کے تمدن' تہذیب' معیشت اور سیاست بلکہ ''مذہب'' پر قابض ہو جاتی ہیں اور ان کو غلام بنا کر مطلق العنان حکومت کرتی ہیں۔۔۔ جس قوم میں تجارت نہیں ہے وہ آج نہیں تو کل ضرور غلام بن کر رہے گی اور جو ملک تجارت کی برکتوں سے محروم ہے وہ صبح نہیں تو شام تک ضرور ہلاکت میں گر کر تباہ ہو جائے گا۔ اسلام نے اسی لیے بار بار تجارت کی ترغیب دی ہے اس کے فضائل و برکات سنائے' دنیوی فائدے بتائے اور دینی بشارتیں سنائیں۔'' (اسلام کا اقتصادی نظام 242 سے 244)

اخلاق کا وصف: اخلاق ایسے اصولوں کا مجموعہ ہے جن کے ذریعے اچھے اور برے' صحیح اور غلط' حق اور ناحق میں تمیز کی جاتی ہے۔ دوسرے الفاظ میں جو علم بھلائی اور برائی کی حقیقت کو ظاہر کرے انسانوں کو آپس میں کس طرح معاملہ کرنا چاہیے اس کو بیان کرے' لوگوں کو اپنے اعمال میں کس منتہائے غرض اور مقصد عظمیٰ کو پیش نظر رکھنا چاہیے اس کو واضح کرے اور مفید و کارآمد باتوں کی نشاندہی کرے اسے علم الاخلاق کہا جاتا ہے۔

کاروباری اخلاق: کاروباری اخلاق دراصل علم الاخلاق کی ایک شاخ ہے جس میں اخلاقی اصولوں اور ضابطوں کو تجارتی نقطہ نگاہ سے دیکھا اور پرکھا جاتا ہے۔ اس میں کاروباری حوالے سے مختلف مسائل اور کاروباری لوگوں کی ذمہ داریوں کا مطالعہ کیا جاتا ہے۔ عام طور پر یہ کہا جا سکتا ہے کہ کاروباری اخلاق کے کچھ متعین اصول ہوتے ہیں جن کو سامنے رکھتے ہوئے کاروباری معیار بنائے جاتے ہیں اور پھر لاگو کیے جاتے ہیں اور یہ فیصلہ دیا جاتا ہے کہ کیا صحیح اور کیا غلط اور کیا کیا جائے اور کیا نہیں کیا جائے۔ مطلب کہ کاروباری اخلاق کا تعلق کاروبار میں اچھے اور برے' صحیح اور غلط' حق اور ناحق کے مطالعہ سے ہے۔

اسلام میں اخلاق: اسلام اپنی تعلیمات میں اخلاقی اصولوں کو بہت بڑی اہمیت دیتا ہے اسلام چاہتا ہے کہ انسانوں کے باہمی تعلقات' چاہے وہ سیاسی ہوں' سماجی ہوں یا معاشی ہوں' بہتر انسانی رویوں پر مبنی ہوں۔ اس حوالے سے قرآن اور سنت میں بہت سی تاکیدیں اور ترغیبیں آئی ہیں۔ ہم اس بارے میں کچھ قرآنی آیات کے ترجمے اور احادیث کا ذکر کرتے ہیں۔ قرآن مجید میں ارشاد ہے۔ ترجمہ: ''تم بہترین امت ہو جسے لوگوں کیلئے نکالا گیا ہے۔ تم اچھی باتوں کا کہتے ہو اور بری باتوں سے روکتے ہو اور خدا پر ایمان رکھتے ہو۔'' (آل عمران 110) قرآن مجید نے نبی کریم ﷺ کی یہ صفات بیان کی ہیں۔ ترجمہ: ''وہ انہیں اچھی باتوں کا حکم دیتے ہیں اور بری باتوں سے روکتے ہیں اور ان کیلئے پاکیزہ چیزوں کو حلال قرار دیتے ہیں۔'' (الاعراف:157) ایک اور آیت میں ارشاد ہے۔ ترجمہ: ''بلاشبہ آپ ﷺ اخلاق کے اعلیٰ درجے پر فائز ہیں۔'' (القلم 4) حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''مجھے اچھے اخلاق کی تکمیل کیلئے بھیجا گیا ہے۔'' (مسند احمد) ایک اور جگہ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''تم میں سب سے اچھا وہ ہے جس کے اخلاق سب سے اچھے ہوں۔'' (صحیح بخاری)

اسلام کی تعلیم سے ظاہر ہوتا ہے کہ وہ یہ چاہتا ہے کہ انسان آپس میں اچھے رویوں کے ساتھ رہیں اور اپنے سارے معاملات بہتر سلوک کے ساتھ حل کریں۔ اسلام چاہتا ہے کہ ایک انسان کا سلوک اپنے رشتے داروں سے' دوستوں سے' اکٹھے کام کرنے والوں سے' اساتذہ سے' شاگردوں سے' ماتحتوں سے' افسروں سے' گاہکوں سے' عوام سے' خواص سے' مطلب کہ انسانی سماج کے ہر شخص سے بہتر اور اچھے طریقے سے ہو۔

کاروباری اخلاقی قدریں: اسلام جس طرح زندگی کے دوسرے معاملات میں اخلاقی قدریں دیتا ہے اسی طرح تجارتی اور کاروباری حوالے سے بھی اپنی کچھ اخلاقی قدریں دیتا ہے۔ اسلام نہ تو سرمایہ دارانہ نظام کی طرح دولت کمانے کا عام لائسنس دیتا ہے اور نہ ہی اشتراکیت کی طرح اشیاء صرف کے علاوہ ذرائع پیداوار کی ملکیت پر پابندی لگاتا ہے بلکہ وہ بنیادی طور پر زمین و آسمان کی ساری چیزوں کو خدا کی ملکیت قرار دیتا ہے اور پھر ان کو حاصل کرنے کیلئے کچھ اخلاقی اصول دیتا ہے جن کو سامنے رکھتے ہوئے ہر شخص ان کو حاصل کر سکتا ہے۔ کاروبار کے سلسلے میں اسلام نے جو اخلاقی اصول یا اخلاقی قدریں دی ہیں ہم ان میں سے کچھ اہم ذکر کرتے ہیں۔

آزادی اختیار: اسلام ہر شخص کو مکمل طور پر معاشی جدوجہد کی آزادی دیتا ہے کہ وہ اپنی آزاد مرضی کے ساتھ اپنی روزی حاصل کرنے کیلئے جو بھی کاروبار چاہے کرے بشرطیکہ وہ اسلام میں حلال اور جائز ہو۔ اسلام نہ تو کسی (بقیہ صفحہ نمبر 34 پر)

اپنے بچوں کو عینک سے بچائیے

حسان عارف

آٹھ سال کی عمر تک نشوونما پاتے بچوں کو قریب سے دیکھنے کے کام زیادہ نہ کرنے دیں بلکہ انہیں کھلی ہوا میں ہونے والے مشاغل کی طرف مائل کریں۔ ایسے بچے کو اسکول میں داخلہ نہ دیں جس کی آنکھوں سے پانی بہتا ہو

زندگی کی تمام مسرتوں، رعنائیوں اور لطافتوں کا انحصار قوت باصرہ (بینائی) پر ہے۔ ذرا آنکھیں بند کر کے تصور کی آنکھ سے دیکھئے کہ ایک نابینا فرد کیلئے دنیا میں زندگی بسر کرنا کس قدر دشوار ہے۔ آنکھوں کے بغیر انسانی زندگی لامحدود اندھیرے کے سوا کچھ نہیں۔ اس کے باوجود حال یہ ہے کہ ہم اس عظیم نعمت کو اتنی بے دردی سے استعمال کرتے ہیں کہ خدا کی پناہ۔ یہی وجہ ہے کہ آج اکثر بچوں کی چھوٹی عمر ہی میں عینک لگ جاتی ہے۔ یہ بڑی تشویشناک بات ہے۔ بچوں کی نگاہ کا درست رہنا انتہائی ضروری ہے۔ ماؤں اور اساتذہ کیلئے وہ حفاظتی تدابیر پیش ہیں جن پر اگر پابندی سے عمل کیا اور کرایا جائے تو بچوں کی بینائی درست رہ سکتی ہے اور وہ عینک کے آزار سے بچ سکتے ہیں۔

ماں کی ذمہ داری

☆ بچے کو مدھم روشنی میں پڑھنے کی اجازت نہ دیجئے۔ ☆ بچے کو میز پر رکھی کتاب پر گردن جھکانے کی اجازت نہ دیں۔ ☆ یہ دیکھئے کہ جب بچہ پڑھ رہا ہو تو کتاب اور بچے کی آنکھوں کے درمیان فاصلہ کم از کم چودہ انچ ہو۔ ☆ جب بچہ پڑھ رہا ہو تو اطمینان کر لیں کہ روشنی بچے کے سر کے اوپر یا بائیں جانب سے آ رہی ہے۔ ☆ بچے کو نصیحت کیجئے کہ پڑھنے کے دوران وقفے وقفے سے کچھ سیکنڈ کیلئے آنکھیں بند کرے تاکہ انہیں آرام اور تازگی ملے۔ ☆ دیکھئے کہ جب بچہ پڑھ رہا ہو تو روشنی کتاب پر پڑے نہ کہ اس کی آنکھوں پر۔ ☆ بچے کو چندھیا دینے والی روشنی میں یا اس صورت میں کہ دھوپ کتاب پر پڑ رہی ہو، پڑھنے کی اجازت کبھی نہ دیں۔ کیونکہ صفحے کی چمک بھی آنکھوں پر اثر انداز ہوتی ہے۔ ☆ شیر خوار بچوں اور بڑے بچوں کو کبھی تیز روشنی یا تیز دھوپ میں نہ سلائیں۔ جب بھی بچے کو بازوؤں میں اٹھائیں یا بچہ گاڑی میں لٹائیں تو اس کی آنکھوں پر کسی چھوٹی چھتری کا سایہ کریں۔ ☆ بچے کو کبھی کھلی آنکھوں، دوربین یا دھوپ کی عینک وغیرہ سے سورج گرہن دیکھنے کی اجازت نہ دیں کیونکہ اس طرح نظر مکمل طور پر ضائع ہو سکتی ہے۔ ☆ باقاعدگی سے بچے کی آنکھوں کا معائنہ کرواتے رہیے۔ ☆ بچے کو کبھی چلتی ریل یا سواری میں پڑھنے کی اجازت نہ دیں کیونکہ مسلسل ہلنے سے نظر پر برا اثر پڑتا ہے۔ ☆ بچوں کو جھولے میں پڑھنے کی اجازت نہ دیں۔ ☆ جب بچے کو سیر کرانے باہر لے جائیں تو اسے گھاس، سبزے اور دوری پر واقع ہرے درختوں کو دیکھنے کی ہدایت کریں۔ اس سے نظر بہتر ہوتی ہے۔ ☆ اطمینان کریں کہ بچہ ہر روز صبح و شام اپنی آنکھیں ٹھنڈے پانی سے دھوئے۔ ☆ بچے کے ذہن میں ذاتی صفائی کی اہمیت نقش کریں کیونکہ آنکھوں کی بیماریوں سے بچنے کیلئے یہ بہت ضروری ہے۔ ☆ بچے کی آنکھوں میں کبھی کوئی دوا مت ڈالیں جب تک کوئی مستند ڈاکٹر اسے تجویز کر دے۔ ☆ مستند سرجن کے سوا کسی کو بھی آنکھ کا آپریشن کرنے کی اجازت نہ دیں۔ ☆ مستند ڈاکٹر سے معائنہ کروائے بغیر بچے کے لئے عینک نہ خریدیں۔ غلط عینک فائدے کے بجائے نقصان پہنچاتی ہے۔ یاد رکھئے اگر آپ کے بچے کو ہر وقت سردرد کی شکایت رہے تو اسے عینک کی ضرورت ہے۔ ☆ یاد رکھئے! سگریٹ نوشی نہ صرف آپ کی اور آپ کے بچوں کی صحت کیلئے نقصان دہ ہے بلکہ اس کا دھواں آپ کے بچوں کی نظر پر بھی منفی اثرات مرتب کرتا ہے۔ ☆ شادی سے پہلے لڑکیوں کے ذہن میں یہ بات نقش کر دیں کہ اگر حمل کے پہلے دو ماہ میں اسے جرمن خسرہ ہو گیا تو ایسی پچاس فی صد شکایات میں پیدا ہونے والے بچے کی آنکھ میں موتیا اتر آتا ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ خود شادی سے پہلے جرمن خسرے کے ٹیکے لگوائیں۔ ☆ بچے کی آنکھوں میں بھینگا پن ہو تو یہ سوچ کر نظر انداز مت کریں کہ وقت گزرنے کے ساتھ آنکھیں ٹھیک ہو جائیں گی۔ ڈاکٹر سے لازماً مشورہ کر لینا چاہیے۔ ☆ بچہ کسی شے کو بہت قریب سے گھورتا ہو تو سمجھ لینا چاہیے کہ اس کی قریب کی نظر کمزور ہو رہی ہے۔ ☆ احتیاط کریں کہ بچے کو آتش بازی سے کوئی نقصان نہ ہو جائے۔ ☆ بچے کو کبھی نوک دار چیزوں مثلاً چاقو، قینچی، تیر کمان وغیرہ سے نہ کھیلنے دیں۔ ☆ اہتمام کریں کہ بچے کو مناسب غذا ملے۔ اسے وٹامن اے گولیوں یا انجکشن کی صورت دینا چاہیے کیونکہ اس کی کمی آنکھوں کی بیماریوں کا باعث بنتی ہے۔ ☆ بچے کی پرورش ہمیشہ اچھے صحت بخش ماحول میں کرنی چاہیے۔

استاد کی ذمہ داری

استاد بچے کے والدین یا اسکول کے ڈاکٹر کو اس صورت میں ضرور اطلاع دے جب بچے میں درج ذیل علامات ظاہر ہوں۔ ☆ جب وہ کتاب یا چھوٹی چیزوں کو آنکھوں کے قریب رکھے۔ ☆ اس کی آنکھیں روشنی سے بہت زیادہ حساس ہوں۔ ☆ بچہ ایسے کھیلوں میں حصہ نہ لے سکے جن میں دور کی چیزوں کو دیکھنا پڑتا ہو۔ ☆ بچہ غصیلا ہو اور پڑھنے میں دشواری محسوس کرے۔ ☆ اکثر آنکھیں رگڑتا ہو پلکیں جھپکائے یا تیوری چڑھائے۔ ☆ قریب کی اشیاء دیکھنے کیلئے سر جھکائے یا ٹیڑھا کرے اور دور کی چیزیں دیکھنے کے واسطے آنکھوں کو سکیڑتا ہو۔ ☆ اگر وہ چیزیں دکھائی نہ دینے یا دھندلی نظر آنے یا دو دو دکھائی دینے کی شکایت کرے۔ ☆ قریب سے دیکھنے کے کاموں کے بعد آنکھوں میں جلن، سردرد، متلی اور دھندلاہٹ محسوس کرے۔

استاد کیلئے احتیاط: آٹھ سال کی عمر تک نشوونما پاتے بچوں کو قریب سے دیکھنے کے کام زیادہ نہ کرنے دے بلکہ انہیں کھلی ہوا میں ہونے والے مشاغل کی طرف مائل کرے۔ ایسے بچے کو اسکول میں داخلہ نہ دے جس کی آنکھوں سے پانی بہتا ہو کیونکہ وہ تمام دوسرے بچوں کیلئے خطرہ ثابت ہو سکتا ہے۔

خوراک اور آنکھوں کی صحت: بعض اوقات صحت مند پیدا ہونے والے افراد بعد ازاں درست خوراک نہ لینے کے باعث بھی اپنی بینائی سے ہاتھ دھو سکتے ہیں۔ اس ضمن میں مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کی جائیں۔ دوسرے اعضاء کی طرح آپ کی آنکھوں کو بھی درست افعال سرانجام دینے کیلئے وافر مقدار میں آکسیجن چاہیے۔ چربی اور چکنائی والی غذا کولیسٹرول میں اضافے کا باعث بنتی ہے جس کی وجہ سے جسم کے دیگر حصوں کے علاوہ آنکھوں تک تازہ خون لے جانے والی رگیں بھی تنگ ہو جاتی ہیں اور نتیجتاً نظر میں کمی واقع ہونے لگتی ہے۔ خون میں شکر کی مقدار بڑھ جانے سے بھی بینائی متاثر ہو سکتی ہے لہٰذا اپنا بلڈ شوگر لیول باقاعدگی سے ٹیسٹ کرواتے رہنا چاہیے۔ شوگر کی علامات ظاہر ہونے پر ابتداء میں ہی کسی ماہر ڈاکٹر سے علاج کروائیں۔ ذہنی تناؤ میں اضافہ ہمارے خون میں ایک خاص قسم کے مادے ایڈرینالین کی مقدار بڑھا دیتا ہے۔ اس عمل سے سبز موتیا بھی لاحق ہو سکتا ہے۔ گاجروں کے موسم میں تازہ گاجریں اپنی خوراک (سلاد میں بھی) ضرور شامل کریں، اس سے بینائی بہتر ہوتی ہے۔

حیاء اسلام کے احکام میں سے ہے: حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: حیاء اسلام کے احکام میں سے ہے اور زیادہ فضول گوئی انسان کی نحوست ہے۔ (طبرانی)

ایک آیت نے کرایہ دار کو مالک مکان بنادیا

اب اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے ہم اپنے ذاتی گھر میں رہائش پذیر ہیں جس پر ہم اللہ تعالیٰ کے بے حد مشکور ہیں میں اپنی تمام بہنوں سے گزارش کرتی ہوں اپنی مشکلات کا حل اللہ تعالیٰ سے کروائیں جتنا اپنے مالک حقیقی کو یاد کریں گی اتنی آسانیاں آپ کے قدم چومیں گی۔

(بنت اسلام لوشہرو فیروز کنڈیارو)

یہ آیت مجھے میرے محترم استاد صاحب دامت برکاتہم کی طرف سے ہدیہ ملی گویا مجھے میرے چھپے ہوئے خزانوں کی چابیاں مل گئیں گویا مجھے اپنے رب سے مانگنے کا طریقہ اور حوصلہ مل گیا گویا ایک عاجزہ و حقیرہ کو رحیم اور کریم ذات کا دروازہ مل گیا بس! میرے ہونٹوں کا ہلانا تھا اور میرے رب کی عطاؤں کی بارشیں تھیں ہر وقت اس کے در کی محتاج ہر کام میں فوراً اپنے مالک کا دروازہ حَسْبِيَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ (توبہ ۱۲۹) سے بجا کر اپنا مقصد حاصل کر لیتی۔

میرے استاد محترم کا مجھ پر احسان ہے اللہ تعالیٰ ان کی خدمات کو اپنے دین کیلئے مقبول و منظور فرمائے۔ میں نے ان کے کلمات کو ضائع کیے بغیر اپنے پلو سے باندھ لیا اور وقتاً فوقتاً نفع اٹھاتی رہی شادی کے بعد میرے لیے سب سے پہلا مسئلہ یہ تھا کہ میں شرعی پردہ کرنے والی تھی کیونکہ یہ عاجزہ عالمۃ الدین ہے گھر میں انسان جس طرح رہے کوئی مسئلہ نہیں کیونکہ پیدائش سے لے کر بہنوں بھائیوں کا ساتھ ہوتا ہے ہر ایک کو طبیعت اور مزاج کا اندازہ ہوتا ہے اور آپس میں سمجھوتا ہوتا ہے لیکن جب عورت شادی کرکے دوسرے گھر میں جاتی ہے دوسرے ماحول میں جاتی ہے تو اس کو کئی لوگوں کا سامنا ہوتا ہے کئی لوگوں کی باتیں سننی پڑتی ہیں کئی لوگوں کی رائے کا لحاظ کرنا پڑتا ہے میرے سسرال والوں کو جب کہا گیا کہ لڑکی شرعی پردہ کرنے والی ہے اور یہ چیز اس کی مطلوب ہے اور کوئی مطالبہ نہیں تو ان کو یہ بات انوکھی اور ان سنی معلوم ہوئی کہنے لگے اپنوں سے کیسا پردہ؟ ادھر میرے ذہن میں یہ خیالات کہ اتنے ذہنوں کو کون تبدیل کرے یہ ایک مشکل مرحلہ تھا اور بڑا فیصلہ تھا ایک طرف سسرال کی ناراضگی دوسری طرف اللہ تعالیٰ کی ناراضگی اور دل کی بے چینی اس کشمکش میں اس عاجزہ نے اس وظیفہ کو آزمانا چاہا اور مجھے اللہ تعالیٰ پر کامل یقین تھا میں نے وظیفہ پڑھنا شروع کیا اس کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے آسانی فرمائی مجھے اللہ تعالیٰ کی مدد اور اپنے شفیق شوہر کی مدد سے پردے والا سازگار ماحول مل گیا۔ اس کے بعد دوسرے نمبر پر میری زندگی میں آنے والا مسئلہ یہ تھا کہ ہم کرایہ کے گھر میں رہتے تھے ہر ماہ کا کرایہ دینا تاوان کی طرح معلوم ہوتا تھا اور مہینہ گزرتے معلوم نہ ہوتا۔ ایک کرایہ دے کر فارغ ہونے کے بعد دوسرے کرایہ کی فکر جس نے مجھے اور میرے خاوند کو پریشان کر دیا اس پر پھر میں نے یہ وظیفہ پڑھنا شروع کیا یعنی ہر وقت حَسْبِيَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ (توبہ ۱۲۹) پڑھتی رہی تو اللہ رب العزت کے کرم اور مہربانی سے یہ مسئلہ آٹھ ماہ کے اندر ایسے حل ہوا کہ ہمیں پتہ ہی نہیں چلا کہاں سے مدد آئی؟ کیسے آئی؟ بس اس کی طرف سے مدد آئی۔

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ترجمہ: وہ وہاں سے دروازہ کھولتا ہے جہاں سے گمان بھی نہیں ہوتا۔ (الطلاق)

ہمارے ساتھ بھی یہی معاملہ ہوا اب اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے ہم اپنے ذاتی گھر میں رہائش پذیر ہیں جس پر ہم اللہ تعالیٰ کے بے حد مشکور ہیں میں اپنی تمام بہنوں سے گزارش کرتی ہوں اپنی مشکلات کا حل اللہ تعالیٰ سے کروائیں جتنا اپنے مالک حقیقی کو یاد کریں گی اتنی آسانیاں آپ کے قدم چومیں گی۔ اللہ تعالیٰ کی رحمت ہماری منتظر ہے۔ پس ہم اس کو پکاریں مزید سے مزید پکاریں۔

سردی کے نقصانات سے بچنے کا عجیب عمل

سردی کے نقصانات سے بچنے کیلئے اور ہاتھ، پاؤں کے پھٹنے، ہونٹ خراب ہونے سے بچنے کیلئے ایک عجیب عمل ہے۔ اس کے علاوہ اس کے اور بھی بہت سے فوائد ہیں، تجربہ شرط ہے۔ سرسوں کے تیل میں شہادت کی انگلی تر کرکے ناف میں لگا دیں اور ناف کو تیل سے تر رکھیں۔ سرسوں کے تیل کی بجائے زیتون کا تیل بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ زبان میں تاثیر: جو مرد و خواتین اپنی زبان یعنی وعظ وغیرہ میں تاثیر پیدا کرنا چاہتے ہیں تو یہ عمل کریں۔ روزانہ سورۂ یٰسین سات مرتبہ پڑھا کریں اور اس کا معمول بنالیں۔ یہ عمل "مجھے شفاء کیسے ملی؟" کتاب میں بھی چھپ چکا ہے۔ (محمد ہارون الرشید، پشاور)

قسط نمبر 95

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

ابن زیب بھکاری

کسی قدیم عبادت گاہ کو تباہ کرنا جائز نہیں

سلطان سکندر لودھی کے سامنے یہ مسئلہ آیا کہ دہلی کے بہت سے ہندو کر کشیتر کے کنڈ میں آکر اشنان کیا کرتے تھے، یہ بڑی تعداد میں آتے تھے کہ ایک مذہبی میلہ لگتا، سکندر لودھی سے لوگوں نے اس بات کی شکایت کی کہ کسی اسلامی سلطنت میں ایسی رسمیں نہیں ہونی چاہئیں، سکندر لودھی نے اسے روکنے کی کوشش کی لیکن پہلے اس نے علماء کا مشورہ طلب کیا۔ مشاورت میں ملک العلماء مولانا عبداللہ اجودھنی بھی شریک ہوئے تمام علماء نے ان کی طرف اشارہ کرکے کہا کہ جو ان کی رائے وہی آخر ہے ہم سب کا وہی فیصلہ ہے۔ سکندر لودھی چاہتا تھا کہ مولانا عبداللہ اس میلے کو روکنے کا فیصلہ دیں۔ مولانا عبداللہ نے پوچھا: کشیتر کیا چیز ہے؟ بتایا کہ یہ ایک بڑا حوض ہے جہاں ہندو دہلی اور قرب وجوار سے آکر غسل کرتے ہیں۔ (جاری ہے)

"غیر مسلموں کی عبادت گاہیں ان کے حقوق اور ہماری ذمہ داریاں" کتاب اردو اور انگلش میں پڑھنا ہرگز نہ بھولیں!

روحانی پھکی اور جوہر شفاء مدینہ کا کمال

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے بہنوئی کی والدہ بہت عرصے سے بیمار تھیں، ہر اچھے سے اچھے ڈاکٹر سے علاج کروایا مگر فائدہ صرف وقتی ہوتا جس کی وجہ سے میرے بہنوئی کافی پریشان تھے۔ پھر انہیں کسی دوست نے آپ کی دوائی "روحانی پھکی" اور "جوہر شفاء مدینہ" کے بارے میں بتایا جو انہوں نے آپ کے دفتر ماہنامہ عبقری سے منگوا کر اپنی والدہ کو استعمال کروائی۔ الحمدللہ! ان کی والدہ کو آپ کی ان ادویات سے لاجواب فائدہ ہوا حالانکہ ڈاکٹروں نے انہیں لاعلاج قرار دے دیا تھا لیکن اب وہ بالکل صحت مند ہیں! ان کی صحت اب قابل رشک ہے۔ اس کے بعد اب میرے بہنوئی کا آپ کی ادویات پر اعتماد بڑھ گیا ہے اور وہ کہتے ہیں کہ میں نے کسی ڈاکٹر کی دوائی خود یا اپنے کسی خاندان والے کو نہیں کھلائی ہے۔ (مسز اخلاق عباسی)

یرقان کا علاج: اگر کسی کو یرقان ہو جائے تو وہ ایک ماشہ سفوف نوشادر ہمراہ پانی ہر کھانے کے بعد کھائے انشاء اللہ چند دنوں کے بعد یرقان ختم ہو جائے گا۔

مراقبے سے ذہنی سکون اور دلی تقویت کا راز

زینب فاطمہ، لاہور

تین جذباتی کیفیات ہیں جو خاص طور سے ذہن پر اثر انداز ہو کر اسے بیمار بنا دیتی ہیں۔ پہلی کیفیت وہ دباؤ ہے جس پر آپ کا کوئی بس نہ ہو دوسری کیفیت تنہائی اور تیسری کیفیت وہ ہے جس میں آپ اپنے جذبات کو دبائے رہیں اور ان کے اظہار سے کترائیں۔

اگر کوئی شخص طویل عرصے تک دباؤ' پستی' مصائب اور جذباتی ہیجان کا سامنا کرتا رہے تو سب سے زیادہ اثر اس کی قوت مدافعت پر پڑتا ہے اور اس کے مدافعتی خلیوں کی تعداد اور فعالیت بری طرح متاثر ہوتی ہے۔

سائنسی تحقیقات کے مطابق جو لوگ پستی (ڈیپریشن) کا شکار ہو جاتے ہیں' الگ تھلگ رہتے ہیں اور سماجی محرومیوں کی زد میں رہتے ہیں' وہ نسبتاً جلد سرطان کے قابو میں آجاتے ہیں جب کہ وہ لوگ جو خوش رہتے ہیں' مالی طور پر آسودہ ہوتے ہیں اور انہیں عزیزوں دوستوں کی طرف سے بھی تقویت حاصل رہتی ہے اس مرض کے قابو میں مشکل سے آتے ہیں۔

ایک برطانوی مصنف جنہوں نے سرطان کے تدارک پر ایک کتاب لکھی ہے' اس بات کی قائل ہیں کہ سرطان کے تدارک کیلئے ہمارا رویہ ایسا ہونا چاہیے جس میں جسم اور دماغ دونوں کی صحت شامل ہو۔ مطلب یہ کہ انسان مختلف اعضاء اور کیمیائی مادوں سے بنی ہوئی کوئی مشین نہیں ہے جو ایک ڈھرے پر چلتی رہتی ہے بلکہ انسان کی زندگی میں جہاں جسم کی اہمیت ہے وہاں جذباتی اور روحانی معاملات بھی یکساں اہم ہیں۔ جسم' دماغ اور روح میں جو باہمی تعلق ہے وہ ہماری صحت اور تندرستی پر اثر انداز ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر غذا ہمارے جسم و ذہن دونوں ہی کے لیے مفید یا مضر ہے۔

ورزش سے جسم اور دماغ دونوں کو فائدہ پہنچتا ہے اور مراقبہ نہ صرف ذہنی سکون فراہم کرتا ہے بلکہ یہ دل کی تقویت' سانس کی بہتری اور مدافعتی نظام کیلئے بھی اہم ہے اور اس سے مزاجی کیفیت پر خوشگوار اثر پڑتا ہے۔

زیادہ تر لوگ اپنے طرز زندگی میں اس وقت تبدیلی کرتے ہیں جب یہ تشخیص ہو جاتی ہے کہ وہ سرطان کے مریض ہیں۔ اکثر لوگ اس وقت کہتے ہیں کہ کاش!! اپنے طرز زندگی کی اصلاح انہوں نے پہلے کر لی ہوتی۔ مصنفہ کی رائے میں ایک شخص جتنا خوش رہے گا اتنا ہی اس کیلئے سرطان کا امکان کم ہوگا۔

خوشی کا انحصار بہت حد تک جسمانی صحت پر بھی ہے۔ آپ اپنے جسم کی غذا اور صحت کا کتنا خیال رکھتے ہیں' ذہنی آسودگی پر کتنی توجہ دیتے ہیں اور روحانی تقاضوں کو کس حد تک پورا کرتے ہیں' یہ تینوں باتیں مجموعی طور پر آپ کی صحت کی ضامن اور پھر آپ کی خوشی کا باعث ہوں گی۔

تین جذباتی کیفیات ہیں جو خاص طور سے ذہن پر اثر انداز ہو کر اسے بیمار بنا دیتی ہیں۔ پہلی کیفیت وہ دباؤ ہے جس پر آپ کا کوئی بس نہ ہو دوسری کیفیت تنہائی اور تیسری کیفیت وہ ہے جس میں آپ اپنے جذبات کو دبائے رہیں اور ان کے اظہار سے کترائیں۔ یہ تین جذباتی عوامل ہماری کارکردگی کو بری طرح متاثر کرتے ہیں۔

اس بات کے واضح شواہد موجود ہیں کہ پستی اور تنہائی کے شکار افراد پر سرطان کا وار خوب چلتا ہے۔ مصنفہ کا اندازہ یہ ہے کہ سرطان کے مریضوں میں 47 فیصد افراد انہوں نے ایسے دیکھے جو واضح طور پر پستی کے مریض تھے لیکن جب انہیں اس عذاب سے چھٹکارا دلانے کی کوشش کی گئی اور انہیں اپنے جذبات کے اظہار کا موقع فراہم کیا گیا تو ان کے مرض سرطان میں بھی افاقے کے آثار پیدا ہو گئے۔

سرطان کا خطرہ کم کرنے کیلئے لوگوں کو مثبت سوچ کی ضرورت ہے اور انہیں اپنے بارے میں پر اعتماد رہنا چاہیے۔ کا ہے بگا ہے اپنی زندگی کا جائزہ لیتے رہیں اور یہ دیکھیں کہ انہوں نے زندگی میں کیا کھویا اور کیا پایا۔ نیز یہ کہ ایک کامیاب زندگی گزارنے اور خوش رہنے کیلئے آپ کو اپنے طرز زندگی میں کیا تبدیلی لانی چاہیے۔ اگر آپ کو کوئی مشکل پیش آئے تو بہتر ہوگا کہ اپنے عزیزوں اور دوستوں کے علاوہ کسی ماہر سے بھی مشورہ کر لیں۔ دل کا حال کہہ دینے اور جذبات کا اظہار کر دینے سے بڑا فرق پڑ جاتا ہے۔

صحت بخش غذا کھائیے: چوکر والی غذا اور قدرتی طریقوں سے کاشت کی ہوئی غذا جس میں پھل' سبزیاں' دلیے' دالیں اور پھلیاں زیادہ ہوں جب کہ شکر' نمک' چکنائی' گوشت' دودھ سے بنی اشیاء' الکحل اور بازار کے تیار شدہ کھانے کم ہوں۔ کافی اور چائے کے بجائے پانی اور نباتاتی چائے پیجیے لیکن اپنے طرز زندگی میں تبدیلی کرتے وقت یہ خیال رکھیے کہ اتنی تبدیلی کی جائے جسے نبھایا جا سکے اور جو دیرپا ہو۔

تمباکو نوشی ترک کر دیجئے: تمباکو کا استعمال کسی بھی شکل میں ہو' ترک کیجئے اور ایسے مقویات سے تیار کی ہوئی اشیا کھائیے جو مانع سرطان ہیں مثلاً حیاتین ج' حیاتین ڈ' حیاتین ھ اور بیٹا کیروٹین۔ ان کے علاوہ جست اور سیلینیم بھی استعمال کیجئے۔

ورزش بھی کرتے رہیے: اندازہ ہے کہ جو عورتیں ورزش کرتی ہیں ان کیلئے چھاتی کے سرطان اور ڈیپریشن کا خطرہ دس سے بیس فیصد کم ہو جاتا ہے۔ یوگا جیسی مشرقی ورزشیں اس لحاظ سے بہت خوب ہیں کہ ان سے ہر نشو ہر عضو کی ورزش ہوتی ہے اور جسم کے تمام اعضا کو خون کی فراہمی صحیح طریقے سے ہوتی ہے اور توانائی حاصل ہوتی رہتی ہے۔

دباؤ کو کم کرنے اور بھلے کی کوشش کیجئے: زندگی میں سادگی پیدا کیجئے' زیادہ بکھیڑے نہیں ہوں گے تو ذہنی سکون حاصل ہوگا' لیکن اگر دباؤ زیادہ ہو تو کسی ماہر سے مشورہ کیجئے۔ روحانی علاج کی طرف توجہ دیجئے۔ کام سے چند ہفتے کی چھٹی لیجئے اور آرام کیجئے۔ یاد رکھیے کہ کافی عرصہ کام کرنے کے بعد کچھ دن آرام کرنا جسمانی اور ذہنی صحت کیلئے ضروری ہے۔ دباؤ سے بچنے کیلئے سکون و آرام' مالش اور ورزش کا پروگرام ترتیب دیجئے۔

ذہنی سکون کیلئے مراقبہ: اس سے مزاجی کیفیت پر اچھا اثر پڑتا ہے اور یہ ایک طرح کا روحانی علاج بھی ہے۔ قدرتی حسن سے لطف اندوز ہونے کی کوشش کیجئے۔ بعض لوگوں کیلئے دباؤ کم کرنے اور سکون حاصل کرنے کیلئے مراقبہ سے بہتر کوئی چیز نہیں۔

اگر کسی کی کوئی چیز گم ہو گئی ہو۔۔۔!!!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! تقریباً دو سال سے عبقری کا قاری ہوں' میری دعا ہے کہ عبقری کی پوری ٹیم کو اللہ تعالیٰ دن دگنی رات چگنی ترقی عطا فرمائے۔ میں ایک عمل قارئین عبقری کی نذر کرنا چاہتا ہوں تاکہ مخلوق خدا کو فائدہ پہنچے اگر کسی کی کوئی چیز گم ہو گئی ہو یا کہیں رکھ کر بھول گیا ہو تو وہ اول و آخر ایک مرتبہ درود شریف کے ساتھ یَارَقِیْبُ بکثرت پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جب وہ چیز مل جائے تو درود شریف پڑھیں اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کریں' یہ میرا آزمودہ عمل ہے' جب بھی میری کوئی چیز گم ہو جائے تو میں یہی عمل پڑھتا ہوں فوراً مل جاتی ہے۔ میرے پاس بہت سے واقعات ہیں مگر وقت کی کمی کے باعث بیان نہیں کر سکتا۔ (منیر احمد شیراز، کبیر والا)



اگر کسی سے پیسے لینے ہوں تو ایک ہزار مرتبہ اَللّٰہُ الصَّمَدُ بعد نماز فجر اول و آخر درود پاک کے ساتھ ضرور پڑھے۔ انشاء اللہ وہ جلد از جلد آپ کے پیسے لوٹا دے گا۔

دسمبر میں جان بنائیں بیماریاں بھگائیں

ڈاکٹر فریال' کوئٹہ

اسی طرح اس موسم کے بعض پھل بھی نمایاں افادیت اور اکسیری صفات کے حامل ہیں۔ مثلاً ناشپاتی' جاپانی پھل' انار' سیب وغیرہ جو حضرات موسم سرما میں ان پھلوں کو اپنی ہمت و استطاعت کے مطابق جی بھر کر کھاتے ہیں وہ یقیناً موسم سرما کے بہت سے امراض سے محفوظ و مامون رہتے ہیں

دسمبر انتہائی سردی کا مہینہ شمار ہوتا ہے صاحب حیثیت حضرات نرم و گرم بستر' بھاری بھرکم اونی لباس اور بہترین اقسام کے سامان خورد و نوش چونکہ آسانی سے فراہم کر لیتے ہیں اور اس لیے موسم سرما کی شدت ان کیلئے تکلیف دہ نہیں رہتی لیکن غریب لوگ جو اپنی مالی پریشانیوں کے باعث بمشکل پیٹ بھرتے ہیں وہی زیادہ تر اس موسم میں مختلف بیماریوں کا شکار ہوتے ہیں' اس موسم کے عام امراض کھانسی' نزلہ' زکام' نمونیہ وغیرہ ہیں۔ حفظ ماتقدم کے طور پر سردی سے بچیں' کمرے میں سوتے وقت روشن دان کھلے رکھیں۔ صبح لحاف سے اٹھ کر ایک دم باہر نہ نکلیں۔ ٹھنڈا اور باسی کھانا استعمال نہ کریں۔ گرم اثرات رکھنے والی چیزیں جیسے چائے' کافی' قہوہ' انڈا' گرم دودھ' گوشت' مچھلی وغیرہ استعمال کریں۔

زیادہ بادی اور بلغم پیدا کرنے والی ٹھنڈے اثرات کی حامل چیزوں مثلاً ابلے ہوئے چاول' گوبھی' آلو' اروی وغیرہ سے پرہیز کریں۔ نیم گرم پانی سے غسل کریں اور گرم لباس زیب تن کریں۔ خاص طور پر پاؤں میں گرم موزے ضرور پہنیں۔

دسمبر کا مہینہ چھوٹے بچوں' نحیف الجسم افراد اور عمر رسیدہ آدمیوں کیلئے بطور خاص خطرناک ہوتا ہے اور وہ لوگ جو بزعم خویش اپنی قوت برداشت اور موسمی شدائد کو برداشت کرنے کی صلاحیت پر انحصار کرتے ہیں۔ بالعموم حکیم مطلق نے موسم گرما کی طرح موسم سرما کے اکثر و بیشتر امراض کی روک تھام اور صحت جسمانی میں رونما ہونے والے اختلال و خرابیوں کی اصلاح کا سامان بھی اس موسم میں فراہم کر رکھا ہے۔ یہ بات الگ ہے کہ عوام و خواص کی اکثریت بھی پورے طور پر ان حقائق فطرت سے آگاہ نہیں۔

دسمبر کی ٹھٹھرا دینے والی سردی کے ایام میں جبکہ موسمی شدت انسان کے اندرونی اعضائے جسم تک میں ٹھٹھراؤ اور انجماد کی کیفیت پیدا کر دیتی ہے اس موسم کی مخصوص سبزیوں اور ترکاریوں کو بقدر وافر استعمال میں لانا چاہیے تاکہ بدن کی حرارت غریزی برقرار رہے۔ اس حقیقت سے کون انکار کرسکتا ہے کہ سرسوں' تارا میرا' رائی اور پالک کا ساگ اس موسم کی سبزیوں میں نمایاں مقام رکھتا ہے۔ ان کے پکوان جہاں بھرپور غذائی توانائیوں سے معمور ہوتے ہیں وہاں اس کے کھانے سے جسم کا توازن' صحت اور درجہ حرارت برقرار اور متوازن رہتا ہے۔ بدن میں موسمی شدائد کی برداشت اور متعدد امراض کی مدافعت کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔ عام طور پر گاجر' مولی' گوبھی اور انڈے پر مشتمل بھجیا اس موسم کا ایک ہردلعزیز پکوان ہے۔

بادام: بادام موسم سرما کے میوہ جات میں سے ایک ایسا میوہ ہے جس کی شہرت و ہردلعزیزی کسی بھی موسم و ماحول کی پابند نہیں۔ بادام کی یہ خصوصیت انتہائی نمایاں اور قابل ذکر ہے کہ یہ انسان کی ہر قسم کی قوتوں کو بحال رکھتا ہے اور ذائقہ و تاثیر اور غذائیت و افادیت کے لحاظ سے گوناگوں فوائد کا ایک خزانہ مخفی ہے۔ چند ایک خصوصیات ملاحظہ ہوں:۔

☆☆ طبیعت کو نرم اور حلق و سینہ کو صاف کرتا ہے۔ ☆☆ مصری کے ساتھ اس کا کھانا جوہر دماغ کا بہترین محافظ ہے۔ ☆☆ کھانسی' دمہ اور ذات الجنب جیسے امراض میں نبات کے ساتھ شیرہ بادام کا استعمال بمنزلہ اکسیر ہے۔ ☆☆ بریاں صورت میں کھایا جائے تو اگرچہ قابض ہے لیکن مقوی اعصاب و باہ ہے۔ ☆☆ تشنج رطوبی کو دور کرتا ہے۔ ☆☆ طبیعت میں فرحت و بشاشت پیدا کرتا ہے۔ ☆☆ دل و دماغ کو تقویت بخشتا ہے۔

جن لوگوں کو ضعف بصارت کا عارضہ لاحق رہتا ہے ان کیلئے باقاعدگی سے باداموں کا معتدلانہ استعمال ضعف بصارت کا ایک ایسا قدرتی اور غذائی علاج ہے کہ جس کی نظیر کوئی دوسری دوا پیش نہیں کرسکتی۔ چنانچہ عمر اور صحت کے لحاظ سے ایک تولہ سے لے کر تین تولہ کی مقدار میں مغز بادام کا روزانہ استعمال بالخصوص موسم سرما میں نہ صرف ضعف بصارت کی شکایت کو دور کرسکتا ہے بلکہ دل و دماغ کو بھی اس سے خاطر خواہ تقویت بہم پہنچ سکتی ہے۔ جن لوگوں میں چربی زیادہ ہو ان کیلئے مفید نہیں۔ ایسے لوگ جن کے ہاں دل کا عارضہ ہو ہر چکنی غذا خاص کر بادام سے پرہیز لازم ہے۔ دبلے پتلے جسم میں فربہی عطا کرتا ہے۔

اسی طرح اس موسم کے بعض پھل بھی نمایاں افادیت اور اکسیری صفات کے حامل ہیں۔ مثلاً ناشپاتی' جاپانی پھل' انار' سیب وغیرہ جو حضرات موسم سرما میں ان پھلوں کو اپنی ہمت و استطاعت کے مطابق جی بھر کر کھاتے ہیں وہ یقیناً موسم سرما کے بہت سے امراض سے محفوظ و مامون رہتے ہیں اور ان کے نظام جسمانی میں ہر قسم کے موسمی امراض اور شدید اثرات کیلئے قوت مدافعت غیر معمولی طور پر پیدا ہو جاتی ہے جو حضرات ان پھلوں کو محض مخصوص مواقع پر کسی تقریباتی یا معاشرتی مجبوری کے تحت یا محض ان کے ذائقہ وغیرہ سے لطف اندوز ہونے کیلئے کھاتے ہیں انہیں یہ حقیقت بہرحال پیش نظر رکھنی چاہیے کہ یہ وہ پھل ہیں کہ جن کا استعمال تقویت بدن اور متعدد موسمی امراض کے قدرتی غذائی علاج کا درجہ رکھتا ہے اور بیشتر حالتوں میں ان سے بڑے بڑے قیمتی کشتہ جات اور وٹامنز سے بھی زیادہ تقویت جسمانی قوت مدبرہ' بدن اور مدافعت امراض کی استعداد و صلاحیت حاصل ہوتی ہے۔ سیب دو تین چھٹانک زیادہ سے زیادہ ایک پاؤ تک جائز ہے۔ ناشپاتی کی بھی تقریباً یہی مقدار گردانی گئی ہے۔ جاپانی پھل جس کا پرانی کتابوں میں ذکر ناپید ہے بہرحال امراض جگر میں اس کا استعمال مفید ہے۔ مقدار خوراک بعد از غذا ایک چھٹانک سے ڈیڑھ پاؤ تک مناسب ہے۔

قارئین اصلاح فرمالیں!

ھوالشافی: سونف، ملٹھی اور گلوکوز ہموزن صبح و شام آدھا چمچ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ یہ نسخہ ستمبر 2014 ء صفحہ نمبر 36 پر بھی چھپ چکا ہے مگر اس میں سونف نہیں لکھا گیا تھا۔ (نجمہ عامر' گوجرانوالہ)



قارئین کی موصول شدہ منتخب تحریریں

تحریریں باری آنے پر ضرور شائع ہونگی جلدی نہ کریں ہر تحریر محفوظ رکھی جاتی ہے

مسز رمانہ الطاف' پشاور۔ حافظ شفقت ندیم' فیصل آباد۔ اللہ والی' کراچی۔ ارشاد اختر قادری' واہ کینٹ۔ کلیم اللہ شیخ' پہاڑ پور۔ شاکلہ احمد' مہر شاہ۔ زبیر شاہ' گوجرانوالہ۔ علیم نقاشی' لاہور۔ قاری محمد صادق' مظفرگڑھ۔ عبدالستار مغل' چکوال۔ رافعہ حسین' سندھ۔ محمد وارث' راولپنڈی۔ محمد عادل مشتاق' لاہور۔ خالد حسین' سندھ۔ زینب شکیل' کراچی۔ شبیر حسین' پاکپتن۔ انور۔ محمد معظم' لاہور۔ ضیا اللہ' پشاور۔ عزیز احمد' ملاکنڈ ایجنسی۔ جمیلہ' پشاور۔ عفت' راولپنڈی۔ شمیم اختر۔ تنویر احمد' رحیم یار خان۔ آصف بشیر' منڈی بہاؤالدین۔ بنت اعجاز' ایبٹ آباد۔ دختر محمد شفیق' اٹک۔ فریال خان' کراچی۔ نجمہ عامر' گوجرانوالہ۔ محمد ناظم الدین' نارووال۔ یاسمین' کراچی۔ فرحت بی بی' ایبٹ آباد۔ شفیق ایوب۔ بندہ خدا' واہ کینٹ۔ محمد عبدالرحمٰن رانا' لاہور۔ ظفر احمد خان' کراچی۔

صفر! عمر اور رزق میں برکت کا مہینہ

مندرجہ ذیل اعمال بزرگان دین اور صالحین کے آزمودہ اور منقول شدہ ہیں جن کے شائع کرنے کا مقصد مخلوق خدا کو تسبیح اور مصلے کے ساتھ غیر شرعی اعمال کے بجائے نوافل و تسبیحات کے ذریعہ جوڑنا ہے۔

جب صفر کا چاند دیکھے تو نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ نہایت توجہ و یکسوئی سے یہ درود پاک پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ بفضل باری تعالیٰ اس عمل کے کرنے سے گناہوں کی معافی عطا ہوگی اللہ تعالیٰ اس کو اپنی حفظ و امان میں رکھے گا۔

ماہ صفر کی پہلی شب:۔ کتاب ''راحت القلوب'' میں ہے کہ جو کوئی نماز عشاء کے وتر اور نفل نماز سے پہلے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ کافرون پڑھے دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ فلق پڑھے اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ الناس پڑھے۔ نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ پڑھے۔ پھر ستر مرتبہ درود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ہر بلا و مصیبت سے محفوظ رہے گا۔

آخری عشرہ:۔ ماہ صفر کے آخری عشرہ میں نفل نمازیں پڑھنے سے اللہ تعالیٰ بندے پر خصوصی فضل و کرم فرماتا ہے۔ ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری عشرہ کے شروع کے دن نماز اشراق کے بعد غسل کر کے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کئے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ستر مرتبہ سورۂ کوثر' پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص اور ایک ایک مرتبہ معوذ تین پڑھے۔ پھر سلام پھیرنے کے بعد اپنا سر سجدے میں رکھے اور ایک سو مرتبہ یَا وَھَّابُ اور اَلْحَیُّ الْحَقُّ کہے۔ اس کے بعد اٹھ کر بیٹھ جائے اور اکسٹھ مرتبہ سورۂ الم نشرح ' اکسٹھ مرتبہ سورۂ والتین ' اکسٹھ بار سورۂ النصر' اکسٹھ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پھر ایک ہزار چودہ مرتبہ یَا وَھَّابُ کا ورد کرے۔ اس کے بعد سو مرتبہ اَلْحَیُّ الْحَقُّ پڑھے اور تین مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ

جان و مال کی حفاظت کیلئے:۔ جو کوئی اس ماہ مبارک میں کسی بھی دن پانچوں فرض نمازوں کے بعد نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ قبلہ رخ بیٹھ کر ایک مرتبہ ذیل میں دی ہوئی آیات مبارکہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور یہ پانی خود بھی پیے اور اپنے گھر والوں کو بھی پلائے تو بفضل باری تعالیٰ وہ ہر طرح کی مصیبت و پریشانی سے محفوظ رہے گا۔ اللہ تعالیٰ یہ دم کیا ہوا پانی پینے والے کی جان و مال کی حفاظت فرمائے گا۔ اس کی عمر میں برکت عطا فرمائے گا۔ آیات مبارکہ یہ ہیں:۔

سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ (یٰسٓ) سَلٰمٌ عَلٰی نُوْحٍ فِی الْعٰلَمِیْنَ ○ سَلٰمٌ عَلٰٓی اِبْرٰھِیْمَ ○ سَلٰمٌ عَلٰی مُوْسٰی وَ ھٰرُوْنَ ○ سَلٰمٌ عَلٰٓی اِلْ یَاسِیْنَ ○ (الصفت) سَلٰمٌ عَلَیْکُمْ طِبْتُمْ فَادْخُلُوْھَا خٰلِدِیْنَ (الزمر) سَلٰمٌ ھِیَ حَتّٰی مَطْلَعِ الْفَجْرِ (القدر)

ثواب حاصل کرنا:۔ جو کوئی یہ چاہے کہ اسے بہت زیادہ ثواب حاصل ہو اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کرے اور اسے نیکی کرنے کی توفیق مرحمت فرمائے تو وہ اس ماہ کی 27 تاریخ کو چاشت کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ الم نشرح پڑھ کر ستر مرتبہ سورۂ والتین پڑھے ستر مرتبہ سورۂ نصر پڑھے اور ستر مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔

اللہ تعالیٰ کے نام سے کینسر کا علاج

اسم یَا سَلَامُ اول و آخر درود شریف 131 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو روزانہ اس وقت تک پلاتے رہیں جب تک صحت یاب نہیں ہو جاتا۔ **چوری سے حفاظت:** جو کوئی اسم اَلرَّقِیْبُ کو سات مرتبہ یا ستر مرتبہ اول و آخر درود شریف پڑھ کر اپنے اہل و عیال پر دم کر دے تو وہ آفات سے محفوظ رہے گا۔ (بندہ خدا' واہ کینٹ)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل'' مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 10 دسمبر بروز بدھ 10 بجے سے لیکر 11 بجکر 25 منٹ تک۔ 20 دسمبر بروز ہفتہ مغرب سے عشاء۔ 29 دسمبر بروز پیر دوپہر 1 بجکر 35 منٹ سے لیکر 3 بجکر 17 منٹ تک ھُوَ اللّٰہُ الْاَحَدُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر خلوص دل اور دل کی توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فیصد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کی خیر خواہی کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کیساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آ جائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ نامکن ممکن ہو گئیں۔ بے شمار لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر بعد ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری رسالہ پڑھتے ہوئے صرف سات ماہ ہوئے ہیں مگر ان سات ماہ میں نے اس شاندار رسالہ سے بہت کچھ پایا ہے۔ خاص طور پر روحانی محفل نے تو میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ ہی حل کر دیا ہے۔ محترم حکیم صاحب! میں جہاں بھی کام کرتا تھا دو یا تین ماہ کے بعد پتہ نہیں کیا ہوتا تھا میرا دل بالکل بھی وہاں کام کرنے کو نہیں کرتا تھا جس کی وجہ سے کچھ عرصہ بعد میں وہ کام چھوڑ دیتا تھا۔ میری اس بری عادت کی وجہ سے میرے (باقی صفحہ نمبر 37 پر)

اگر جسم کا کوئی حصہ جھلس جائے تو: اگر جسم کا کوئی حصہ جھلس جائے تو نیل کو پانی میں ملا کر متاثرہ حصہ پر لگانے سے آرام آجاتا ہے اور جلن کی شدت کم ہوجاتی ہے۔

حضرت شاہ نصیر الدین دہلوی رحمۃ اللہ علیہ کے مستند روحانی وظائف

اگر کسی شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو اور مرد میں کمی کے اولاد سے محرومی ہے اور حمل قائم نہیں ہوتا۔ اس کیلئے معجون سفر جل تین بوتل لے کر سب معجون ایک برتن میں کرلیں اور اول گیارہ بار درود شریف اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔

دماغ اور دل کی کمزوری کیلئے

اگر کسی شخص کا دماغ کمزور ہو اور دل میں بھی دھڑکن تیز ہوتی ہو اور دل زور زور سے اچھلتا ہو تو اس کیلئے ایک پاؤ خالص بادام کا تیل (روغن بادام) لے لیں (اگر بادام خرید کر لکڑی کے کولہو والے سے اپنے سامنے بیٹھ کر نکلوائیں تو یہ خالص اور اصل ہوگی' ورنہ مجبوری میں بازار سے خرید لیں) اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف اس کے بعد درمیان میں دو ہزار تین سو (2300) بار یَاسَلَامُ پڑھ کر روغن بادام پر دم کردیں اور رات کو سوتے وقت نیم گرم (تھوڑا گرم) دودھ ایک کپ لے کر اس میں آدھا (چائے والا) چمچ روغن بادام ملا کر مریض کو پلا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بارہ بیس دن کے اندر اندر مریض تندرستی اور صحت محسوس کرتے گا۔ یہ عمل تین ماہ جاری رکھیں تاکہ مکمل فائدہ ہو۔ جب روغن بادام ختم ہوجائے دوسرا خرید کر یا نکلوا کر یہی عمل پڑھ کر دم کرکے رکھ لیں۔

بے اولاد کے اولاد ہونا

اگر کسی شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو اور مرد میں کمی سے اولاد سے محرومی ہے اور حمل قائم نہیں ہوتا۔ اس کیلئے معجون سفر جل تین بوتل لے کر سب معجون ایک برتن میں کرلیں اور اول گیارہ بار درود شریف اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ درمیان میں گیارہ ہزار بار یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ پڑھ کر معجون پر دم کریں اور چھوٹے بیر کے برابر مقدار میں یہ معجون سوتے وقت ایک کپ گرم دودھ کے ساتھ روزانہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اولاد ضرور ہوگی' عمل شرط ہے۔

اولاد ہونے کیلئے عمل

جس شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو اور جسمانی کمزوری بھی ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ اولاد ہوگی۔ وہ عمل یہ ہے:۔ ایک پاؤ گائے کا دودھ لے کر اس کو گرم کرلیں اور ایک اُبال آنے کے بعد برتن چولہے سے اُتار کر دودھ کو ٹھنڈا کرلیں اور اول گیارہ بار درود شریف اور آخر میں بھی گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور درمیان میں ایک سو چالیس بار یہ کلمات پڑھ کر دودھ پر دم کردیں۔ اور دودھ پی لیں۔ یہ عمل روزانہ باوضو کریں اور دو ماہ تک برابر یہ عمل کرتے رہیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اولاد ہوگی۔ وہ کلمات یہ ہیں۔ حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ۔

بیمار کی صحت یابی کیلئے

اگر کوئی مختلف بیماریوں میں مبتلا ہوگیا ہو اور علاج مشکل ہورہا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت فائدہ مند ہے۔ وہ عمل یہ ہے:۔

اول ایک سو بار درود شریف اس کے بعد ایک سو بار سورۂ فاتحہ آمین کے ساتھ پڑھیں اور آخر میں سورۂ توبہ کی آخری آیتیں ایک سو بار درود شریف پڑھ کر آب زمزم پر دم کردیں (اگر آب زمزم نہ ملے تو سات کنویں (نہر دریا یا چشمے یا جھیل کا پانی لے لیں یا بارش کا پانی لے لیں) اور یہ دم کیا ہوا پانی مریض کو دن میں پانچ مرتبہ پلائیں اور پلانے سے پہلے مریض کو وضو ضرور کرائیں۔ بغیر وضو کے مریض پانی نہ پیئے۔ پانی پینے کے اوقات یہ ہیں:۔

صبح نماز فجر کے بعد۔ بعد نماز ظہر۔ بعد نماز عصر۔ بعد نماز مغرب۔ بعد نماز عشاء اکیس روز تک یہ عمل کرکے پانی پر دم کرکے مریض کو پانچ وقت پلائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ فائدہ ہوگا اور مریض صحت یاب ہوگا۔ سورۂ توبہ کی آخری آیات یہ ہیں:۔ لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْكُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُوْفٌ رَّحِیْمٌ ﴿۱۲۸﴾ فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ﴿التوبہ ۱۲۹﴾

دفع مرض کیلئے

اگر کوئی سخت بیمار ہو اور اس کی بیماری نہ جاتی ہو تو اس بیماری کے دفعیہ کیلئے اول و آخر تین تین بار درود شریف پڑھے اور درمیان میں یہ دعا گیارہ مرتبہ پڑھ کر مریض کے پورے جسم پر دم کرے اور مریض کے دونوں ہاتھوں پر دم کردے وہ دونوں ہاتھ اپنے پورے بدن پر مل لے۔ یہ عمل ایک مرتبہ صبح بعد نماز فجر باوضو کرے اور یہی عمل شام کو بعد نماز مغرب باوضو کرنے چالیس دن تک پابندی کے ساتھ بلا ناغہ یہ عمل کرتا رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر قسم کے موذی اور تکلیف دینے والے مرض سے نجات حاصل ہوگی۔ وہ دعا یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ اَرْقِیْكَ مِنْ كُلِّ شَیْءٍ یُّؤْذِیْكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ عَیْنٍ حَاسِدٍ اَللّٰهُ یَشْفِیْكَ بِسْمِ اللّٰهِ اَرْقِیْكَ

اگر یہی دعا باوضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے ہرن کی جھلی پر لکھ کر موم جامہ کرکے مریض کے گلے میں ڈال دے تو انشاء اللہ ہر قسم کے مرض اور نظر بد سے حفاظت ہوجائے گی اسی طرح اگر اس دعا کو باوضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے ہرن کی جھلی (کھال) پر لکھ کر موم جامہ کرکے حاملہ عورت کے گلے میں باندھ دے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کا حمل گرنے سے محفوظ ہوجائے گا اور بچہ صحیح وسالم پیدا ہوگا۔

گھریلو پریشانیوں و بیماریوں سے چھٹکارا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہم عبقری کے مستقل قاری ہیں اور عبقری ایک بہت اچھا رسالہ ہے جو ہماری زندگیوں کی مشکلات سنتا ہے اور ہماری رہنمائی کرتا ہے۔

میری بہن کو پڑھنے کا بہت شوق ہے مگر وہ تقریباً سارا سال ہی بیمار رہتی ہے۔ اس بیماری کی وجہ سے اس کا ایک سال بھی ضائع ہوگیا ہے لیکن وہ پڑھائی چھوڑتی بھی نہیں ہے۔ میری امی اس کیلئے مختلف وظائف کرتی رہتی ہیں اسے سورۂ کوثر اور منزل پڑھ کر پانی پر دم کرکے ہر روز پلاتی ہیں جس سے اس کی طبیعت بہت بہتر رہتی ہے۔ جب اسے ماہواری کی وجہ سے بہت زیادہ درد ہو تو میری امی سورۂ نمل پانی پر دم کرکے پلاتی ہیں جس سے اسے فوری آرام آجاتا ہے۔ ہم نے گھریلو پریشانیوں اور خاص طور پر بیماریوں سے چھٹکارے کیلئے اِیَّاكَ نَعْبُدُ وَاِیَّاكَ نَسْتَعِیْنُ کا سوا لاکھ بھی کیا جس سے کافی فائدہ ہوا اور ہمارے گھر میں اب لڑائی جھگڑے بہت کم ہوتے ہیں اور میری بہن کی طبیعت بھی کافی بہتر ہے۔ کسی بوڑھی بزرگ عورت نے میری امی کو بتایا کہ پوشیدہ امراض سے نجات کیلئے اپنی بیٹی کو "انجبار گنٹھی" پانی میں پکا کر دیں۔ (م،ع)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج



طبی مشورے

- کمزوری نظر و حافظہ
- یہ آسیب نہیں بیماری ہے
- قبض اور پیشاب میں جلن
- اختناق الرحم

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں اور اس پر مکمل پتہ واضح ہو۔ جوابی لفافہ نہ ڈالنے کی صورت میں جواب ارسال نہیں کیا جائیگا۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں سٹیپلر زپن استعمال نہ کریں۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔

نوٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔ مضمون مختصر لکھیں تاکہ جواب دینے میں آسانی ہو۔

اختناق الرحم

محترم حکیم صاحب! میری بیٹی کی عمر 23 سال ہے' وہ غیر شادی شدہ ہے' اُس کا مسئلہ یہ ہے کہ اُسے پیڑو میں تکلیف رہتی ہے عجیب حرکات کرتی ہے' پیٹ سے کوئی گولا اٹھتا محسوس کرتی ہے' جو گلے میں آ کر پھنس جاتا ہے' اُس کی گردن اکڑ جاتی ہے' سانس گھٹتا ہے' چہرہ سرخ ہو جاتا ہے' کبھی دانت پیستی ہے' کبھی اُداس اور غمگین' کبھی خوش ہوتی ہے' اُسے پیشاب زیادہ آتا ہے' ماہواری کی بے قاعدگی رہتی ہے۔ اُس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ براہ مہربانی! اس کا علاج تجویز کر دیں۔ (بیگم ولید شہزاد' ساہیوال)

جواب: محترمہ! یہ ایک نفسیاتی مسئلہ ہے۔ اسے ہسٹریا یا اختناق الرحم کہتے ہیں۔ یہ نظام عصبی کے فتور سے لاحق ہوتا ہے۔ نازک مزاج اور شہری خواتین اس مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ اختناق کا مطلب گلا گھونٹنے کے ہیں چونکہ اس مرض میں دم گھٹتا ہے اور ساتھ میں رحم کی خرابی بھی پائی جاتی ہے اس وجہ سے اختناق الرحم بھی کہتے ہیں۔ بعض لوگ اسے آسیب یا بدروح کا سایہ سمجھ کر مریض کا علاج کرانے کی بجائے جعلی پیروں اور عاملوں کے چکر میں پڑے رہتے ہیں۔ وقت پیسہ اور اپنی صحت برباد کرتے ہیں۔ یہ ایک قابل علاج مرض ہے۔ اس کے اسباب غصہ' خوف' پریشانی' ذہنی دباؤ' رنج و غم' کسی شدید قسم کے صدمے سے دوچار ہونا' آرام دہ زندگی بسر کرنا' مصروف نہ رہنا' قصے کہانیاں اور عشقیہ ناول پڑھنا' زیادہ جاگنا' جوان لڑکیوں کی زیادہ عرصہ تک شادی نہ کرنا' معدہ اور ہاضمہ کی خرابی میں مبتلا رہنا' قبض وغیرہ ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ بھی اس مرض کے کئی اسباب ہیں۔ آپ اپنی بیٹی کو درج ذیل نسخہ استعمال کرائیں انشاء اللہ شفاء ہوگی۔ ھوالشافی: صبح شام کھانے سے نصف گھنٹہ پہلے خمیرہ گاؤزبان جدوار عود صلیب والا ایک چمچ چائے والا اور دواء المسک معتدل سادہ ایک چمچ چائے والا ہمراہ عرق گاؤزبان آدھا کپ کھلائیں۔ صبح و شام کھانے کے بعد حب حلتیت دو عدد اور مستورین شربت دو چمچ چائے والے پانی سے دیں۔ غذا میں دلیہ' ساگودانہ' دودھ' دہی' شوربہ' سبزیاں اور زود ہضم غذائیں دیں۔ مریضہ کو تفریح کے مواقع فراہم کریں' کام کاج میں لگائیں' مصروف رکھیں' زیادہ جاگنے اور ناول پڑھنے سے پرہیز کرائیں۔ مریضہ کے جسمانی اور دماغی سکون کا خیال رکھیں۔ غذا نمبر 11 استعمال کریں۔

کمزوری نظر و حافظہ

میری عمر 16 سال ہے' میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری نظر اور حافظہ کمزور ہے۔ میری جلد چکنی ہے مجھے کوئی مفید نسخہ بتائیں۔ (شہریار بٹ' گوجرانوالہ)

جواب: بیٹا آپ درج ذیل نسخہ تیار کروا کے استعمال کریں۔ ھوالشافی: مغز بادام شیریں پچاس گرام' سونف پچاس گرام' اسطخدوس پچاس گرام' خشخاش پچاس گرام' کالی مرچ بارہ گرام' مصری پچاس گرام۔ ان تمام ادویات کو پیس کر ایک چمچ چائے والا صبح شام دودھ سے کھا لیا کریں۔ اس کے ساتھ خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر دار ایک چمچ چائے والا صبح شام کھائیں۔ رات کو سوتے وقت سر میں خالص روغن بادام کی مالش کریں۔ غذا میں شہد' انڈا' مکھن' پنیر' دودھ' جو کا دلیہ شہد ملا کر استعمال کریں۔ ہرے پتے والی سبزیاں استعمال کریں اس سے آنکھوں کو طاقت ملتی ہے۔ آنکھوں کی صفائی کا خیال رکھیں' صبح و شام تازہ پانی کے آنکھوں میں چھینٹے ماریں۔ پانچ وقت وضو کریں گے تو آپ کے چہرے کی چکناہٹ صاف ہو جائے گی۔ جلد تر و تازہ رہے گی۔ ایک ماہ بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

موٹاپا' کمزوری اور سستی

میری عمر 27 سال ہے' میری اپنی دکان ہے' سارا دن بیٹھ کر گزرتا ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے کمزوری بہت محسوس ہوتی ہے اور ہر وقت سستی پڑی رہتی ہے۔ جمائیاں بہت آتی ہیں دل کرتا ہے کہ لیٹا رہوں' کوئی کام نہ کروں' کام کروں تو کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ دن بدن موٹا ہوتا جا رہا ہوں۔ میں اس وجہ سے بہت پریشان ہوں مجھے کوئی ایسا نسخہ تجویز کریں جس سے جسم میں طاقت آئے اور سستی کا احساس نہ ہو۔ (شفقت احمد' اوکاڑہ)

جواب: محترم! سب سے پہلے تو اگر آپ کا وزن زیادہ ہے تو وزن کم کریں' ورزش کی عادت ڈالیں' صبح و شام ورزش ضرور کیا کریں' اپنی خوراک بہتر کریں اور کام میں بھی دلچسپی لینے کی عادت ڈالیں۔ کوشش کریں کہ اپنی دکان میں بھی فارغ نہ بیٹھیں' کچھ نہ کچھ کرتے رہا کریں۔ درج ذیل نسخہ استعمال کریں۔ ھوالشافی: صبح و شام معجون ازراقی ایک چمچ چائے والا اور معجون فلاسفہ ایک چمچ چائے والا ہمراہ دودھ کھائیں۔ صبح دوپہر شام کھانے کے بعد جوارش بسباسہ آدھا چمچ چائے والا پانی سے کھا لیا کریں۔ قبض کی شکایت ہو تو رات کو سوتے وقت حب تنکار دو گولی پانی سے کھائیں۔ انشاء اللہ آپ ٹھیک ہو جائیں گے۔ غذا نمبر 13 استعمال کریں۔

یہ آسیب نہیں بیماری ہے

میری عمر 19 سال ہے' میرا مسئلہ یہ ہے کہ کچھ عرصے سے مجھے بہت ڈراؤنے اور پریشان کن خواب آتے ہیں۔ عجیب سی شکلیں نظر آتی ہیں' لگتا ہے کہ کوئی چیز سینے پر سوار ہے' گلا دبا رہی ہے' اس دوران میں چیخ مارنا چاہتا ہوں' دوسروں کو بتانا چاہتا ہوں کہ میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے لیکن میری آواز ہی نہیں نکلتی' نہ ہلا جاتا ہے۔ پھر جب سینے پر دباؤ ختم ہو جاتا ہے تو میں اٹھ جاتا ہوں لیکن طبیعت بہت پریشان رہتی ہے۔ کوئی کہتا ہے آسیب ہے' کوئی کچھ کہتا ہے۔ میں اس وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ براہ مہربانی مجھے اس کا حل بتائیں۔ (محمد عمران' لاہور)

جواب: محترم! یہ کوئی بھوت پریت آسیب یا چڑیل کا سایہ نہیں' یہ ایک بیماری ہے۔ طب میں اس کو کابوس یا نیند میں ڈرنا یا نیند میں گھٹنا بھی کہتے ہیں۔ کابوس کا مطلب دبانے یا بھینچنے والا ہے۔ اس مرض میں مریض کے تنفس کے عضلات میں ایک قسم کا تشنج پیدا ہوتا ہے اور مریض

برص (پھلبہری) کو دور کرنے کیلئے ہلدی کو باریک کرکے صبح وشام چار ماشہ سفوف ہلدی ہمراہ پانی کھلائیں اور دن میں دو تین بار ہلدی پتھر پر پانی کے ساتھ گھس کر داغوں پر لگانے سے بہت جلد برص دور ہو جاتی ہے۔

کو سانس گھٹتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔ اس کی وجہ عموماً شدید درجے کی ہاضمے کی خرابی ہوا کرتی ہے۔ اس کے علاوہ دماغی تردد' غم فکر پریشانی' ذہنی دباؤ' غذائی بے قاعدگی' حفظان صحت کے اصولوں سے انحراف بھی اس کا سبب بن سکتے ہیں۔ آپ درج ذیل نسخہ استعمال کریں۔ صبح شام خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر دار ایک چمچ چائے والا اور دواءالمسک معتدل سادہ ایک چمچ چائے والا کھانے سے نصف گھنٹہ پہلے کھالیا کریں۔ صبح دوپہر شام کھانے کے بعد حب کبد نوشادری دو گولی جوارش شاہی ایک چمچ چائے والا ہمراہ پانی کے کھالیا کریں۔ رات کو سوتے وقت معجون نجاح ایک چمچ چائے والا پانی سے کھائیں۔ دن میں دو مرتبہ شربت احمد شاہی کے دو بڑے چمچ ایک گلاس پانی میں ملا کر پی لیا کریں۔ رات کا کھانا سونے سے تین گھنٹے قبل کھالیا کریں۔ خوب چہل قدمی کریں۔ چت یا سیدھا لیٹ کر سونے سے گریز کریں بلکہ دائیں کروٹ پر لیٹ کر سویا کریں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

اصلاح معدہ

میں ایک فیکٹری میں کام کرتا ہوں' مجھے اکثر گیس' قبض کی شکایت ہو جاتی ہے۔ براہ کرم! آپ مجھے معدہ اور نظام ہضم کی اصلاح کیلئے کوئی اچھا سا نسخہ تجویز کر دیں۔ (اختر علی' کوئٹہ)

جواب: آپ درج ذیل نسخہ خود تیار کر کے استعمال کریں۔ نسخہ **ھوالشافی:** فلفل سیاہ' اجوائن' نمک لاہوری' جوا کھار' زیرہ سفید' بادیان' کشنیز خشک' آملہ اور نمک سیاہ ہم وزن لیکر سفوف کر کے محفوظ کر لیں۔ اس دوا کا ہر کھانے کے بعد آدھا چمچ چائے والا ہمراہ پانی سے کھالیا کریں۔ اس سے نظام ہضم کی اصلاح ہو جائے گی۔ معدے کو تقویت ملے گی' کھانے کو ہضم کرنے اور پیٹ سے ہوا کے اخراج میں مدد ملے گی۔ غذا میں نرم اور زود ہضم غذائیں کھائیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

قبض اور پیشاب میں جلن

میری عمر 35 سال ہے' میرا مسئلہ یہ ہے کہ کافی عرصہ سے مجھے پیشاب بہت جل کر آتا ہے۔ پیشاب کرنے سے پہلے اور بعد میں بھی جلن ہوتی ہے' پیشاب مقدار میں کم اور بار بار آتا ہے اور بہت پیلے رنگ کا آتا ہے۔ قبض بھی شدید ہے۔ براہ مہربانی مجھے اس کا کوئی علاج تجویز کر دیں۔ (عاشق حسین' اسلام آباد)

جواب: اگر خشک چیزوں کا بکثرت استعمال' چائے کافی کی زیادتی' پانی کم پینے' بہت زیادہ پسینہ آنے سے جس سے پیشاب کی مقدار کم ہو جائے' اچار ترش غذائیں زیادہ کھانے مثانے اور پیشاب کی نالی کی سوزش وغیرہ سے ایسی علامات ہو سکتی ہیں۔ آپ درج ذیل نسخہ استعمال کریں۔ صبح شام معجون دبید الورد ایک چمچ چائے والا' عرق کاسنی نصف کپ' عرق مکو نصف کپ کے ساتھ کھالیا کریں۔ صبح دوپہر شام کھانے کے بعد اکسیر جگر گولیاں دو عدد پانی سے کھالیا کریں۔ دن میں دو سے تین مرتبہ شربت بزوری معتدل چار بڑے چمچ ایک گلاس پانی میں حل کر کے پی لیا کریں۔ قبض کی صورت میں رات کو حب تنکار دو گولی پانی سے کھالیا کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پوشیدہ امراض

میری عمر 21 سال ہے' میرا مسئلہ ہے کہ عرصہ تین سال سے ماہواری بے قاعدہ ہو گئی ہے' وقت پر نہیں آتی۔ آئے تو درد کے ساتھ اور کم آتی ہے۔ اس وجہ سے میرا جسم پھول رہا ہے براہ مہربانی! مجھے اس کیلئے کوئی نسخہ تجویز کر دیں۔ (ش۔ ن' لاہور)

مشورہ: محترمہ! عام طور پر اس کا سبب نسوانی ہارمونز کے توازن کی خرابی' ذہنی دباؤ' ڈائٹنگ' رحم میں خرابیاں' ماہواری کے دوران زیادہ ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا' خون کی کمی ہونا ہے۔ آپ درج ذیل نسخہ استعمال کریں۔ صبح و شام معجون دبید الورد ایک چمچ چائے والا' عرق مکو اور عرق بادیان نصف کپ کے ہمراہ صبح' دوپہر شام کھانے کے بعد' جوارش کمونی ایک چمچ چائے والا' حب کبد نوشادری دو گولی ہمراہ پانی صبح و شام' شربت فولاد دو چمچ چائے والے دودھ میں ملا کر پی لیا کریں۔ کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگ کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگ' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند' دودھ میں ملا ہوا۔

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' ماءالعسل' (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک رس ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' بند' براؤن بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' نمکین دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' مسمی' میٹھا پیٹھا' امرود' اچھا پکا کدو' ناریل کا پانی

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری' گھیا کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت' بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' انجیر تھوڑی مقدار میں' ڈبل روٹی سادہ براؤن بریڈ' رس' میتھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں' ڈرائی فروٹ' زیتون کا پھل' پھیکا دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے کی زردی' چھوٹا مغز

اسم اَلظَّاهِرُ کو جو کوئی سرمہ پر گیارہ بار پڑھ کر آنکھوں میں لگائے گا لوگ اس پر مہربانی کریں گے۔ (ثمینہ رانی' جہانیاں)

صحت مند جلد' روشن آنکھیں اور لمبے بال۔۔۔آپ کے بھی ہو سکتے ہیں

(شیخ عبدالحمید عابد' کاموکے)

آپ وہی کچھ ہیں جو آپ کھاتے ہیں لیکن یہ مقولہ صرف آپ کی جسمانی ساخت پر اثرانداز نہیں ہوتا بلکہ چمکتے بالوں و مضبوط ناخنوں' روشن آنکھوں' صحت مند جلد اور چمکتے دانتوں کی ضمانت بھی ہے۔ ذیل میں بتایا گیا ہے کہ صحت مند جلد چمکتے دانتوں' خوبصورت بالوں' صحت مند ناخنوں اور روشن آنکھوں کیلئے کون سی خوراک ضروری ہے۔

صحت مند جلد

جلد انسانی خوبصورتی اور وجاہت کا سب سے بڑا سرمایہ ہے' جلد صحت مند نہ ہو تو خوبصورت شخصیت کا حصول ایک خواب ہی رہے گا' انسانی جلد جیتے جاگتے خلیوں سے ترتیب پاتی ہے' ان خلیوں کو ان کی خوراک فراہم کرنا لازمی ہے۔ اچھی جلد کیلئے مکمل پروٹین ضروری ہیں۔ ان میں گوشت' انڈے' مچھلی' پنیر وغیرہ شامل ہیں۔

ایسی خوراک بہت ضروری ہے جن میں فولاد شامل ہو کیونکہ فولاد آپ کے خون کو یہ طاقت مہیا کرتا ہے کہ وہ پوری آکسیجن کو جلد کے خلیوں تک پہنچا دے۔ فولاد کلیجی' انڈہ' پالک میں پائی جاتی ہے۔

جلد کے ماہرین دنیا کے خوبصورت مرد و زن کو جلد کے بارے میں مشورہ دیتے ہوئے وٹامن اے پر بہت زور دیتے ہیں۔ یہ وٹامن مچھلی کے تیل و سبزیات' دودھ' گاجر' پالک اور آم میں پایا جاتا ہے۔

چمکتے دانت

دانت آپ کی خوبصورتی کی بنیاد ہیں' میلے دانت اور بدبودار منہ آپ کی پوری شخصیت کا ناس کر دیتے ہیں۔ دانت جسم کے مضبوط ترین مادے کیلشیم فاسفیٹ سے بنتے ہیں۔ آپ کے جسم کی ہڈیاں بھی اسی مادے سے بنتی ہیں۔ جسم میں وٹامن اے کی کمی بھی اثرانداز ہوتی ہے جو اس مادے کی تشکیل میں رکاوٹ کا باعث بنتی ہے۔ دانتوں اور مسوڑھوں کو بھی ورزش کی ضرورت ہوتی ہے۔ چنانچہ ایسی خوراک ضروری ہے جس میں دانتوں کو زور لگانا پڑے جیسے گاجریں' گنڈیریاں وغیرہ۔۔۔ کیلشیم کیلئے دودھ کے علاوہ دہی' مکھن' پنیر' کلیجی' ہڈیوں کا گودا استعمال کریں۔ خوراک ہمیشہ چبا کر کھائیں۔

خوبصورت بال اور ناخن

صحت مند بال حسن میں اضافہ کرتے ہیں' ناخن بھی آپ کی صحت اور شخصیات کے مظہر ہوتے ہیں۔ بالوں کا باہر سے نہیں اندر سے صحت مند ہونا ضروری ہے۔ بال اور ناخن دونوں زندہ ہیں اور آپ کے خون سے خوراک کے محتاج ہیں۔ دونوں کو صحت مند رکھنے کیلئے گوشت' مچھلی' انڈے' پنیر ان چھنا اناج ضروری ہیں۔ شوگر آپ کے بالوں' ناخن اور دانتوں کیلئے نقصان دہ ہے۔ وٹامن بی والی اشیاء زیادہ استعمال کریں۔

روشن آنکھیں

ہر آنکھ کے لیے چھ مسلز کام کرتے ہیں' ہر آنکھ میں تیرہ کروڑ ایسے سیلز موجود ہوتے ہیں جو دیکھنے میں مدد دیتے ہیں۔ آنکھوں کی صحیح کارکردگی اور خوبصورتی کیلئے اچھی خوراک ضروری ہے' آپ کی آنکھوں کو سب سے زیادہ وٹامن اے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے بعد وٹامن بی کا درجہ ہے' انہیں وٹامن ڈی اور کیلشیم کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ وٹامن ڈی استعمال کرنے والوں کی بینائی کو بہتر ہوتے دیکھا گیا ہے۔ وٹامن اے کیلئے ایسی سبزیاں یا پھل استعمال کریں کا رنگ زرد ہو۔ مثلاً گاجر' آم' کچا لوجا پاتی پھل' مکھن' سکوئش وغیرہ۔۔۔ اس کے علاوہ مچھلی کا تیل' کلیجی' دودھ' پالک وٹامن بی کے لیے کلیجی' گندم' سبزیاں' راب (خام چینی) وٹامن سی کیلئے لیموں' ترش پھل' ٹماٹر' سنگترہ وغیرہ۔۔۔ وٹامن ڈی کیلئے کلیجی' مچھلی کا تیل اور سورج کی شعاعیں ہیں' آنکھوں کی حفاظت اور صحت مندی کیلئے بہترین ورزش یہ ہے کہ دونوں آنکھوں کو ہتھیلیوں سے ڈھانپ لیں اور اس اندھیرے میں غور سے چند منٹ دیکھیں یہ معمولی اور سادہ سی ورزش آنکھوں کیلئے بے پناہ فوائد رکھتی ہے۔

بینائی کی کمزوری ختم کرنے کا آزمایا نسخہ

سونف اور گاجر میں چونکہ حیاتین الف ہوتا ہے۔ اس لیے یہ بینائی کیلئے ازحد مفید ہے۔ ھوالشافی: سونف 250 گرام' گاجر کا جوس حسب ضرورت' بادام 70 گرام۔

ترکیب: سونف کو گاجر کے جوس میں بھگو دیں جوس اس قدر ہو کہ تمام سونف بھیگ جائے پھر اس کو سوکھنے کیلئے دھوپ میں رکھیں' اس طرح دو مرتبہ تر و خشک کریں۔ پھر اس میں بادام پیس کر شامل کر دیں اور روزانہ دس گرام صبح نہار منہ دودھ کے ساتھ کھائیں۔ یہ نسخہ عبقری کے سابقہ شمارے میں پہلے بھی چھپ چکا ہے۔

آنکھوں کی تھکن ختم: آئے دن پیش آنے والے اس مسئلے سے گھر میں آسانی سے نمٹا جا سکتا ہے۔ چہرے کو پانی سے دھونے کے بعد کھیرے کے سلائس کاٹ کر آنکھوں پر رکھیں اور کچھ دیر آرام کریں یا سبز چائے کی استعمال شدہ ٹی بیگ آنکھوں پر رکھنے سے نہایت سکون ملتا ہے اور آنکھوں کی تھکن بھی دور ہو جاتی ہے۔

مجھے ضرور پڑھیں!!!

1- الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2- ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار ہوں گے۔ ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مولف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ بطور حوالہ مختلف لوگوں کی تحریریں اور نظریات شائع کیے گئے ہیں۔

3- حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ بمعہ ٹکٹ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔ (ادارہ)

حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: جو عورتیں کپڑے پہن کر بھی ننگی ہی رہیں اور دوسروں کو رجھائیں اور خود دوسروں پر ریجھیں اور بختی اونٹ کی طرح ناز سے گردن ٹیڑھی کرکے چلیں وہ جنت میں ہرگز داخل نہ ہوں گی اور نہ اس کی خوشبو پائیں گی۔ (مسلم)

چند الفاظ نے رزق کے بند دروازے کھلوا دیئے

عاشق حسین فاروقی، کراچی

ہر نماز فجر کے بعد ان الفاظ کو پابندی سے پڑھنا شروع کیا اور اللہ سے ہر روز خشوع خضوع کے ساتھ دعا کرتا کہ یا اللہ میری تنگدستی دور فرما۔ چند ہی مہینوں میں میرا سارا قرضہ بھی اتر گیا ہے اور میں خوشحال بھی ہوگیا ہوں اور الحمد للہ اب تک خوشحال ہوں۔

میرے پاس ایک دوست اپنے کسی عزیز کے ساتھ تشریف لائے' باتوں باتوں میں وہاں اعمال اور دعا کی قوت و طاقت پر بحث چل نکلی۔ میرے دوست کے عزیز نے دعا کی طاقت پر اپنا دلچسپ اور پر تاثیر واقعہ سنایا کہ آج سے کئی سال پہلے میں مالی طور پر بڑی تنگدستی کا شکار تھا' قرض داروں نے الگ پریشان کیا ہوا تھا' زندگی سے سکون و اطمینان رخصت ہو چکا تھا کچھ سمجھ نہیں آرہی تھی کہ کیا کروں کہ اللہ کا کرنا کیا ہوا کہ ایک دن میں موٹر سائیکل پر کہیں جارہا تھا کہ راستے میں ایک بڑی عمر کے بزرگ نے ہاتھ کے اشارے سے مجھے روکا اور کہنے لگے بیٹا آج جمعہ کا دن ہے' مجھے نماز میں دیر ہورہی ہے' آپ مہربانی فرما کر مجھے مسجد کے قریب چھوڑ دیں' میں نے انہیں اپنے پیچھے بٹھا لیا اور قریبی ایک مسجد کے قریب انہیں اتارا' انہوں نے نیچے اتر کر مجھے بازوؤں سے پکڑا اور فرمایا کہ آپ بھی نماز پڑھ لیں' میں شرم کی وجہ سے موٹر سائیکل کو سائیڈ میں لگا کر ان کے ساتھ مسجد میں داخل ہوگیا اور وضو کرنے لگا' وضو کے دوران شیطان مجھے ورغلا رہا تھا اور میرا قطعی نماز پڑھنے کا کوئی ارادہ نہیں تھا' میں سوچ رہا تھا کہ وضو کرکے مسجد سے نکل جاؤں گا میں جیسے ہی وضو کرکے کھڑا ہوا اور باہر کی طرف نکلنے لگا تو اتنے میں جماعت کھڑی ہوگئی چونکہ جمعہ کا مبارک دن تھا' مسجد میں لوگوں کا بے پناہ رش تھا' صف میں لگنے کیلئے جیسے ہی لوگ تیزی سے آگے بڑھے میں بھی اس ریلے میں بہہ کر ایک صف میں لگ گیا اور نماز میں شامل ہوگیا (گویا کہ میں نے زبردستی نماز پڑھی) بہرحال نماز دعا سے فارغ ہوکر میں جلدی سے مسجد سے باہر نکلا تو مسجد کے گیٹ پر ایک لڑکا کوئی پرچے تقسیم کررہا تھا اس نے ایک پرچہ میرے ہاتھ میں بھی تھما دیا' میں نے جلدی سے وہ پرچہ لے کر مروڑ تروڑ کر جیب میں ڈال لیا اور موٹر سائیکل پر بیٹھ کر اپنے کام پر چلا گیا۔ رات کو میں جب اپنے ٹھکانے پر آیا اور حسب عادت اپنی جیبوں سے سامان نکال کر سیٹ کرنے لگا تو اس میں سے مجھے وہ پرچہ بھی ملا میں نے اسے کھول کر پڑھنا شروع کیا۔ اس میں لکھا تھا کہ امام مالک رحمتہ اللہ علیہ نے حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت کیا ہے کہ ایک روز ایک آدمی بارگاہ رسالت سرور کائنات ﷺ میں حاضر ہوا اور عرض کی دنیا نے میری طرف سے پیٹھ پھیر لی ہے اور منہ بھی پھیر لیا ہے۔ سرکار دو جہاں ﷺ نے اس آدمی کو فرمایا کہ ملائکہ کی جو نماز اور اللہ کی مخلوق کی جو تسبیح ہے اس سے تو کیوں غافل ہوگیا ہے' اسی کے صدقے تو ان سب کو رزق دیا جاتا ہے' جب صبح صادق طلوع ہو تو یہ تسبیح ایک سو بار پڑھا کرو۔

سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ سُبْحَانَ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ أَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ۔ سرکار دو جہاں ﷺ نے ارشاد فرمایا دنیا تیرے پاس ذلیل ہوکر آئے گی۔ اپنے آقا و مولیٰ ﷺ کا یہ ارشاد معرز جاں بنانے کے بعد وہ آدمی واپس چلا آیا۔ کچھ مدت ٹھہرا رہا پھر حاضر ہوا اور عرض کی یا رسول اللہ ﷺ میرے پاس اتنی دولت آگئی ہے کہ مجھے اس کے رکھنے کی جگہ نہیں ملتی۔ ایک بزرگ کے بارے میں بھی مشہور ہے کہ وہ اپنے ساتھیوں کو فجر کی سنت اور فرض کے درمیان یہی درج بالا الفاظ پڑھنے کی ترغیب دیتے تھے بہت ہی مجرب نسخہ ہے۔ بہر حال وہ صاحب فرمانے لگے میں یہ واقعہ پڑھ کر بڑا خوش اور مطمئن ہوا اور میں نے اس کے بعد نماز پانچ وقت جماعت کے ساتھ پڑھنا شروع کی اور ہر نماز فجر کے بعد ان الفاظ کو پابندی سے پڑھنا شروع کیا اور اللہ سے ہر روز خشوع خضوع کے ساتھ دعا کرتا کہ یا اللہ میری تنگدستی دور فرما۔ چند ہی مہینوں میں میرا سارا قرضہ بھی اتر گیا ہے اور میں خوشحال بھی ہوگیا ہوں اور الحمد للہ اب تک خوشحال ہوں۔

ماں کا کہنا مانا اور مسئلہ حل

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے ایک مرتبہ رات کے کھانے کے وقت ہچکی لگی' پانی پیا' سوکھے نوالے لیے مگر ہچکی جانے کا نام ہی نہ لے رہی تھی۔ میری اماں نے کہا کہ پانی پی لو' میں نے کہا کئی مرتبہ پی چکا ہوں' ٹھیک نہیں ہورہا۔ اسی وقت میرے دل و دماغ میں آواز آئی ماں کا کہا مان پانی پی لے ماں کا کہنا بھی شفاء ہے۔ میں نے جونہی پانی کی طرف ہاتھ بڑھایا تو ہچکی رک گئی ابھی پیا بھی نہیں تھا اور جب پی لیا تو مسئلہ بالکل حل ہوگیا۔ (محمد طیب فاروق، ایبٹ آباد)

دماغی محنت کا کمال

مولانا وحید الدین خاں

عام لوگ محنت کے نام سے صرف جسمانی محنت کو جانتے ہیں مگر محنت کی زیادہ بڑی قسم وہ ہے جس کا نام دماغی محنت ہے۔

مسٹر کمال علیگ نے یکم فروری 1989 کی ملاقات میں اپنا ایک واقعہ بتایا۔ وہ پہلے سگریٹ بہت پیتے تھے۔ 1984ء سے انہوں نے مکمل سگریٹ پینا چھوڑ دی ہے۔ اس سے پہلے وہ چند سال تعلیم کے سلسلہ میں مسلم یونیورسٹی علی گڑھ میں تھے۔ اس زمانہ میں وہ "چین اسموکر" تھے۔ ایک روز کا واقعہ ہے۔ امتحان کا زمانہ قریب تھا۔ وہ رات کو دیر تک پڑھنے میں لگے رہے۔ یہاں تک کہ رات کو ایک بجے کا وقت ہوگیا۔ اس وقت انہیں سگریٹ کی طلب ہوئی۔ دیکھا تو دیا سلائی ختم ہوچکی تھی' ہیٹر بھی بگڑا ہوا تھا۔ ایک طرف اندر سے سگریٹ کی سخت طلب اٹھ رہی تھی' دوسری طرف کوئی ایسی چیز موجود نہ تھی جس سے سگریٹ کو جلایا جاسکے۔ تقریباً آدھ گھنٹہ تک ان کے دماغ پر یہ سوال چھایا رہا۔ وہ اس سوچ میں پڑے رہے کہ سگریٹ کو کس طرح جلایا جائے۔ آخر ایک تدبیر ان کے ذہن میں آگئی۔ ان کے کمرہ میں بجلی کا سو واٹ کا بلب لٹک رہا تھا۔ انہوں نے سوچا کہ اس جلتے ہوئے بلب پر اگر کوئی ہلکی چیز لپیٹ دی جائے تو کچھ دیر کے بعد گرم ہوکر وہ جل اٹھے گی۔ انہوں نے ایک پرانا کپڑا لیا اور اس کا ایک ٹکڑا پھاڑ کر جلتے ہوئے بلب کے اوپر لپیٹ دیا۔ تقریباً پانچ منٹ گزرے ہوں گے کہ کپڑا جل اٹھا۔ کمال صاحب نے فوراً اس سے اپنا سگریٹ سلگایا اور اس کے کش لینے لگے۔ اسی کا نام "دماغی محنت" ہے۔ عام لوگ محنت کے نام سے صرف جسمانی محنت کو جانتے ہیں مگر محنت کی زیادہ بڑی قسم وہ ہے جس کا نام دماغی محنت ہے۔ دنیا کی تمام بڑی بڑی ترقیاں وہی ہیں جو دماغی محنت کے ذریعہ حاصل کی گئی ہیں۔ جسمانی محنت پھاوڑا چلانے یا ہتھوڑا مارنے کا کام انجام دے سکتی ہے۔ مگر ایک سائنٹفک فارم یا جدید طرز کا ایک کارخانہ بنانے کا کام صرف دماغی محنت کے ذریعہ ہوسکتا ہے۔ جسمانی محنت اگر آپ کو ایک روپیہ فائدہ دے سکتی ہے تو آپ دماغی محنت کے ذریعہ ایک کروڑ روپیہ کما سکتے ہیں۔ جسمانی محنت صرف یہ کرسکتی ہے کہ وہ دوڑ کر بازار جائے اور ایک دیا سلائی خرید کر لائے اور اس کے ذریعہ سے اپنی سگریٹ سلگائے مگر دماغی محنت ایسی حیرت انگیز طاقت ہے جو دیا سلائی کے بغیر آپ کو سگریٹ سلگا دے۔ جو ظاہری آگ کے بغیر آپ کے گھر کو روشن کردے۔

سسرال اور شوہر سے بیزار بیویاں

سیدہ طاہرہ صدیقی

ملک کی آبادی کے پیش نظر ہم میں سے چند ہی ایسی خواتین ہیں جو گھریلو ذمہ داریوں کے علاوہ سیاسی' معاشی ذمہ داریوں کو نبھا رہی ہیں یا ادبی تحریکوں میں شامل ہیں اور مختلف پیشوں جیسے طب' تعلیم اور کسی انتظامی مجلس میں حصہ لے رہی ہیں۔ ان حالات میں ظاہر ہے کہ ان خواتین کو جو گھر کے باہر عملی زندگی میں شامل ہونے کے مواقع سے محروم ہیں صرف اچھی بیوی اور ماں کا بھی کردار ادا کرنا ہوگا۔

اس لیے تعلیمی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ لڑکیوں کو گھریلو ذمہ داریاں سنبھالنے اور اچھی بیوی بننے کی بھی تربیت ملنی چاہیے تاکہ کنبہ کے ساتھ ساتھ قوم کی فلاح و بہبود کے کام بھی گھر میں ہوسکیں۔

تصویر کا دوسرا رخ یہ بھی ہے کہ بہت سی لڑکیاں یہ سوچ کر کہ نوکری تو کرنا نہیں ہے' تعلیم کو ادھورا چھوڑ دیتی ہیں اور بعد میں غلط رجحانات کا شکار ہوجاتی ہیں' وہ سوچتی ہیں کہ جب سکول تعلیم حاصل کیے بغیر نئے فیشن اور گفتگو کرنے کے دل کش انداز سیکھے جاسکتے ہیں تو درسی کتابوں میں وقت صرف کرنے کی کیا ضرورت ہے۔

تعلیم کا مقصد فیشن سے رہنا نہیں بلکہ اپنے ملک کا ذمہ دار شہری بننا اور قوم کے مستقبل کی تعمیر میں اپنا رول صحیح طریقہ سے ادا کرنا ہوتا ہے۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ چھوٹے موٹے امتحانات پاس کرنے کے بعد لڑکیاں فیشن پرستی کو اپنا شیوہ بنالیتی ہیں اور گھریلو ماحول اور کام کاج سے اجتناب کرتی ہیں۔ گھٹیا ادب کا مطالعہ' فلمی لباس کی نقل اور سیر و تفریح کیلئے زندگی ان کے مقاصد بن جاتے ہیں جس کا سب سے برا اثر اُن کی جنسی زندگی پر پڑتا ہے' وہ طرح طرح کی پوشیدہ بیماریوں کا شکار ہوجاتی ہیں۔

والدین' عموماً مائیں لڑکی کے ان سنہرے خوابوں سے مرعوب ہوجاتی ہیں اور ان کے بے جا مطالبات پورے کرتے ہیں۔ وہ تعلیمی مقاصد کو فراموش کر بیٹھتی ہیں اور بیٹی کو قناعت' صلح پسندی' قربانی اور دوسری کارآمد باتوں کی تربیت دینے کے بجائے خود اس کی جدت پسندی سے اتنی متاثر ہوجاتی ہیں کہ وہ دھیرے دھیرے سے کاہل' خود پسند' خودغرض اور خیالی دنیا میں رہنے والی ایک غیر حقیقت پسند لڑکی بن جاتی ہے۔

مثلاً رشیدہ اپنی سہیلی محمودہ کے شوہر سے بہت مرعوب نظر آتی ہے اور دل ہی دل میں کڑھتی ہے کہ "میری بھی قسمت کہاں پھوٹی!" اور پھر ایک ٹھنڈی سانس کے ساتھ دل میں اپنے خاوند کے بارے میں کہتی ہے کہ "کہاں میں اور کہاں یہ۔۔۔" افوہ! مجھے کتنی شرم آتی ہے جب یہ وہی بوسیدہ پینٹ کوٹ پہن کر روز نکلتے ہیں' کوئی سمجھے شاید ان کے پاس اور سوٹ ہے ہی نہیں۔"

یا پھر نجمہ اپنی سہیلی سلمیٰ کو نئی کار میں دیکھ کر ایک دم سے بے چین ہوجاتی ہے' گھر کی ہر چیز اس کو بری لگتی ہے۔ بچوں پر برستی ہے' شوہر کی محبت اور پیار بھری باتوں سے خوش ہونے کے بجائے اس کو جھڑک دیتی ہے اور تنہائی کے لمحات کو پرلطف بنانے کی بجائے شوہر سے کہتی ہے "اتنا سمجھایا کہ ترقی کرنے کی کوشش کیجئے لیکن آپ کے اوپر میری کسی بات کا اثر ہی نہیں ہوتا۔" اس واقعے کے بعد اس پر ایک رقت طاری ہوجاتی ہے اور وہ اپنے آپ کو دنیا میں نہایت بدنصیب عورت تصور کرنے لگتی ہے۔ یہی نہیں اگر لڑکی خوش قسمتی سے ان تمام ظاہری چیزوں کو حاصل کرلیتی ہے جن کے وہ شادی سے پہلے خواب دیکھتی تھی تو اس کو کسی اور بات کی فکر لاحق ہوجاتی ہے۔

اگر کسی کی شادی ڈاکٹر سے ہوتی ہے تو خاوند کے زیادہ دیر تک ڈیوٹی اور اس کے بعد کلینک میں بیٹھنے اور مریضوں کو زیادہ وقت دینے پر ہی اپنے آپ کو بدقسمت سمجھنے لگتی ہے اور سوچتی ہے کہ کاش! کسی بڑے سرکاری افسر سے بیاہ ہوجاتا جو وقت پر تو گھر آتا اور پھر اگر کسی سرکاری افسر کی بیوی سے ملاقات کی جائے اور اس کی دل کی گہرائیوں میں جھانکا جائے تو وہاں بھی بے اطمینانی اور الجھنیں ہوں گی۔

تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد تبادلے' ایک ماحول سے الگ ہوکر دوسرے ماحول میں اپنے کو کھپانا' بچوں کی تعلیم کا نقصان' یہ وہ چند مسئلے ہیں جن سے گزیٹڈ افسروں کی بیویاں متفکر دکھائی دیتی ہیں۔

اکثر بیویاں یہ سمجھتی ہیں کہ قسمت نے ان کا ساتھ نہیں دیا اور ان کو وہ کچھ نہیں مل سکا جس کی وہ مستحق تھیں۔ ان باتوں سے ظاہر ہوتا ہے کہ وہ زندگی کی حقیقی قدروں سے بالکل ناواقف ہیں اور چند سطحی باتوں کو متاع حیات سمجھتی ہیں۔

عورت کیلئے شوہر کی محبت ہی دراصل وہ بنیاد ہے جس پر خوشگوار گھریلو زندگی کی تعمیر کی جاسکتی ہے۔ کار' کوٹھی' زیورات اور لباس ثانوی چیزیں ہیں۔

بہت سی لڑکیاں یہ جانتی ہی نہیں کہ وہ کیا چاہتی ہیں اور ان کو کون سی ایسی شے مل جائے جس سے ان کو اطمینان ہو۔

دوسروں کی تقلید اور حرص وہ جذبہ ہے جو ہر وقت ان میں کارفرما رہتا ہے اور بجائے اس کے کہ وہ اپنے گھر کی رونق بنیں شوہر کے لیے وبال بن جاتی ہیں' شوہر کی اچھائی یا برائی دراصل اپنی سمجھ' عمل اور مزاج پر منحصر ہے۔

ہر شادی تقریباً ایک سی ہوتی ہے' یہ صرف ہماری تعلیم و تربیت ہے' جو اس کو کامیاب بنا کر ہمیں ایک مطمئن زندگی بسر کرنے کا اصل بناتی ہے۔ ان بنیادی باتوں کو ذہن نشین کرانا اور بیٹی کے مزاج کا ایک حصہ بنانا والدین کا فرض ہے' سکول و کالج میں الجبرا اور جیومیٹری کے پرابلم حل کرنے کے طریقے سیکھ کر امتحان کے بعد بھلائے جاسکتے ہیں لیکن ازدواجی زندگی مستقل امتحان ہوتی ہے اور اس امتحان میں کامیابی کی تیاری بچپن سے ہی شروع ہوجانی چاہیے۔ نتیجہ یہ نکلا کہ والدین کو شروع سے ہی لڑکی کے مستقبل کو ذہن میں رکھنا چاہیے۔

قبض و موٹاپا دور صحت بھرپور

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ڈھیروں دعائیں قبول فرمائیں' عبقری کے سارے سلسلے بہت اچھے' کم خرچ اور بہترین نتائج کے حامل ہیں۔ آپ کا شکریہ ادا کرتی ہوں کہ میں نے اب تک صرف دس رسالے ہی پڑھے ہیں ہر مشکل آسان ہوگئی ہے۔ مجھے بہت پرانی قبض تھی میں نے عبقری کے سابقہ شمارے میں ایک نسخہ ھوالشافی: کلونجی پچاس گرام' چھلکا اسپغول پچاس گرام اور سو گرام شہد ملا کر رکھ لیا' صبح' دوپہر' شام بعد از غذا آدھا چمچ کھاتی ہوں' اس سے پاخانہ کھل کر آتا ہے۔ اس کے علاوہ میرا جسم دن بدن پھولتا جارہا تھا جس کی وجہ سے میں کافی پریشان تھی اس کیلئے میں تقریباً دو ماہ سے آدھا چمچ اجوائن کا پاؤڈر ایک گلاس پانی میں بھگو کر رکھ لیتی ہوں اور دوسرے تقریباً شام چار یا پانچ بجے وہ پانی پی لیتی ہوں اس سے میں اپنے اندر بہت ہلکا پن محسوس کرتی ہوں۔ (ع۔ش' لاہور)

حفظ میں آسانی کیلئے لاجواب عمل: سورہ المدثر (پ 30) اس کو پڑھ کر دعا کرے قرآن حفظ ہونے کی کرے انشاء اللہ تعالیٰ حفظ آسان ہو۔

تیراکی سے دماغی اور اعصابی صلاحیتوں میں اضافہ

کھانے کے بعد پانی پینا معدے کی عضلات کو ڈھیلا کرتا ہے' معدے کی اندرونی جھلی کے ورم کا باعث بنتا ہے اور معدے میں اساس کی نسبت کم ہوجاتی ہے اور تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔ تین سانسوں میں پانی پینے کا عمل صحت کیلئے مفید ہے۔

پانی پینے کے آداب' سنت نبوی اور جدید سائنس

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا اسوہ: جناب عبداللہ عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا اونٹ کی طرح ایک ہی سانس میں پانی مت پیا کرو' ٹھہر ٹھہر کر دو تین سانس میں پیا کرو' جب پینے لگو تو بسم اللہ پڑھ کر پیو' فارغ ہو الحمدللہ کہو۔ (جامع ترمذی)

حضور اقدس صلی اللہ علیہ وسلم نے کھڑے ہوکر پانی پینے سے منع فرمایا۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی ایک حدیث کا مفہوم ہے کہ اگر تمہیں پتہ لگ جائے کہ کھڑے ہو پانی پینے کا اتنا نقصان ہے تو وہ پانی تم حلق میں انگلی ڈال کر باہر نکال دو۔ (رہبر زندگی) جدید سائنسی تحقیق کے مطابق کھڑے ہوکر اور ایک سانس میں پانی پینے سے جسم پانی جلد جذب ہوجاتا ہے جس کی وجہ سے گردوں پر گہرا اثر پڑتا ہے اور جسم کے تمام حصوں پر ورم کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ خصوصاً پاؤں پر جیسے سائنسی اصطلاح میں کہا جاتا ہے۔

کھانے کے بعد پانی پینا معدے کی عضلات کو ڈھیلا کرتا ہے' معدے کی اندرونی جھلی کے ورم کا باعث بنتا ہے اور معدے میں اساس کی نسبت کم ہوجاتی ہے اور تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔ تین سانسوں میں پانی پینے کا عمل صحت کیلئے مفید ہے۔ وقفوں سے گھونٹ بھرنے سے آخری گھونٹ پہلے سے لیے جانے والے گھونٹوں سے رہ جانے والی پیاس کو بجھاتا ہے۔ مزید کہ یہ طریقہ معدے کے درجہ حرارت کو غیر معمولی تبدیلی سے بھی روکتا ہے۔

تیراکی' سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم اور جدید سائنس

نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا اسوہ: حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ اپنی اولادوں کو تیراکی اور تیراندازی سکھاؤ۔ (صحیح مسلم) ایک بار تالاب میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم اور چند صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین تیر رہے تھے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے تیرنے والوں میں سے ہر ایک کی جوڑی مقرر فرمادی کہ ہر آدمی اپنے جوڑ کی طرف تیر کر پہنچے آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ قرار پائے۔ (المشکوٰۃ۔ آداب زندگی)

جدید سائنس کی تحقیق کے مطابق تیراکی کرنے سے دماغی اور اعصابی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا ہے۔ روزمرہ کے کاموں میں عضلات استعمال ہوتے ہیں لیکن تیراکی کرنے سے بیک وقت تمام عضلات استعمال ہوتے ہیں جس سے پورے جسم میں چستی پیدا ہوتی ہے۔ تیراکی کرنے سے تازہ خون کی فراہمی بھرپور طریقے سے ہوتی ہے۔ تیراکی کرنے سے ہاتھ پاؤں کی گرفت کی مضبوطی میں اضافہ ہوتا ہے۔

ڈھیلا ڈھالا لباس' سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم اور جدید سائنس

ام المومنین حضرت ام سلمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو کپڑوں میں سب سے زیادہ پسند کرتا تھا۔ (ابوداؤد۔ ترمذی)

ڈھیلا ڈھالا لباس پہننے سے پٹھوں کی افزائش پر مثبت اثر پڑتا ہے اور پٹھے چست رہتے ہیں۔ ڈھیلے ڈھالے لباس سے خون اعضائے رئیسہ تک بغیر کسی دباؤ کے باآسانی فراہم ہوتا ہے جس سے دل' دماغ اور نظام ہاضمہ پر بہتر اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ تنگ لباس ترک کرنے سے ذہنی اور اعصابی تناؤ میں کمی واقع ہوتی ہے جس کی وجہ سے اعصابی تناؤ اور کھنچاؤ جیسے امراض سے بچا جاسکتا ہے۔ ماہرین امراض معدہ اور جگر تنگ لباس کو ترک کرنے کی ہدایت کرتے ہیں۔ تنگ لباس سے اعصابی تناؤ کی وجہ سے ایک کیمیائی مادہ معدے میں خارج ہوتا ہے جس سے معدے میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے اور السر جیسے امراض پیدا ہوتے ہیں۔

میڈیکل سائنس قرآن کی تصدیق کرتے ہوئے

ترجمہ: ''کیا یہ لوگ زمین میں چلے پھرے نہیں ہیں کہ جس سے ان کے دل سمجھنے والے اور ان کے کان سننے والے ہوتے؟ حقیقت یہ ہے کہ آنکھیں اندھی نہیں ہوتیں مگر وہ دل اندھے ہوجاتے ہیں جو سینوں میں ہیں۔'' (الحج 46)

میڈیکل سائنس ماضی قریب تک یہ دعویٰ کرتی رہی کہ دل میں سوچنے سمجھنے کی صلاحیت سرے سے موجود ہی نہیں اور سوچنے سمجھنے کا کام صرف دماغ کا ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 28 پر)

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبوی اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

ہمارے گھر میں بات بات پر لڑائی ہوتی تھی اب حالات ٹھیک ہورہے ہیں' میں دو سال سے بیروزگار تھا مجھے گھر سے بلا کر کسی نے کام دیا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری سے وابستہ ہوئے تقریباً ساڑھے سات ماہ ہوگئے ہیں' اس دوران میں دو بار تسبیح خانہ گیا ہوں' دونوں بار چار چار دن وہاں رہا ہوں' دوسری روحانی کلاس میں بھی شریک ہوا' مجھے بہت فائدہ ہوا ہے۔ میں پہلے کلین شیو کیا کرتا تھا مگر تسبیح خانہ میں رہنے کی برکت سے اللہ نے مجھے ڈاڑھی رکھنے کی توفیق دی' جب میری ڈاڑھی کے بیس یا اکیس دن ہوئے تو مجھے خواب میں حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی زیارت نصیب ہوئی اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے میرے چہرے پر اپنا ہاتھ مبارک پھیرا۔ الحمدللہ! ہمارے گھر میں بات بات پر لڑائی ہوتی تھی اب حالات ٹھیک ہورہے ہیں' میں دو سال سے بیروزگار تھا مجھے گھر سے بلا کر کسی نے کام دیا ہے' کچھ دن پہلے میں نے خواب دیکھا کہ کوئی تسبیح خانہ کی طرح جگہ ہے اس کی ایک سائیڈ پر اونچی جگہ میں لیٹا ہوا ہوں آپ کے ساتھ ایک اور آدمی بھی ہے آپ دونوں میرے پاس بیٹھے ہوئے اور مجھے فرماتے ہیں تیرا مستقبل بہت اچھا ہوگا۔ اس کے بعد مجھے کام مل گیا۔ میں صبح وشام 313 بار نوح علیہ السلام والی دعا رَبِّ اِنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ ﴿القمر:۱۰﴾ پڑھتا ہوں۔ سورۂ طارق تین بار پانی پر دم کرکے آدھا پانی پیتا ہوں اور آدھا گھر میں کمروں کے کونوں میں مارتا ہوں۔ جب اس عمل کا 78 واں دن تھا تو پانی پر دم کرتے ہی اتنی گندی بدبو آئی کہ کیا بتاؤں۔ میری بہن نے بھی میرے ساتھ آپ سے بیعت کی تھی' وہ بھی الحمدللہ اب صوم وصلوٰۃ کی پابند ہوگئی ہے اور اکثر خواب میں دیکھتی ہے کہ ہمارے گھر سے جنات جارہے ہیں۔

دست غیب کیلئے

دست غیب کیلئے سورۂ طلاق اکتالیس دن عشاء کے بعد ایک مرتبہ پڑھیں اور جب آیت نمبر تین پر پہنچیں تو اس آیت کو اکتالیس مرتبہ پڑھیں اور پھر باقی سورۂ مکمل کرلیں۔ انشاء اللہ صرف گیارہویں روز ہی سے غیب سے روزی ملنا شروع ہوجائے گی۔ (ع،ر)

خوبصورت بہو کی تلاش اور شادیوں کے مسائل

اچھے سے اچھے کی تلاش بالآخر اس منزل تک لے جاتی ہے کہ "اب سب کچھ چلے گا" اگر خاندان میں کوئی بیٹی کے لائق اس کے معیار کے مطابق رشتہ ہی نہ ہو تو لڑکی کی عمر گزر جاتی ہے اور جب رشتے آنا بند ہوجاتے ہیں تو والدین خصوصاً مائیں ہر ایک سے کہتی ہیں کہ کسی نے رشتوں پر بندش کرادی ہے۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے حکم کے مطابق اپنی زندگی کے کچھ تجربات تحریر کررہی ہوں' استدعا ہے کہ میرا نام شائع نہ کیا جائے۔

بیٹیاں والدین کیلئے رحمت

بیٹیوں کی پیدائش پر والدین کو کھلے دل سے خوشی کا اظہار کرنا چاہیے کہ اللہ کی طرف سے مقدس تحفہ ہے جس کی پرورش اور دیکھ بھال ایک مقدس فریضہ سمجھ کر کرنی چاہیے نہ کہ ایک بوجھ۔۔۔ بیٹیوں کی پرورش میں لاپرواہی کا وطیرہ اختیار کرنا اور انہیں بیٹوں کے مقابلے میں غیر اہم سمجھنا' بچیوں کو ایسے احساس کمتری میں مبتلا کردیتا ہے جس کا اثر ساری زندگی قائم رہتا ہے اور بچیوں کی شخصیت دب جاتی ہے وہ زندگی کی دوڑ میں بھرپور حصہ لینے سے گریزاں رہتی ہیں۔ بچیاں جب جوان ہوجائیں تو ان کی شادی طے کرتے ہوئے ان کے مستقبل کی فلاح اور خوشیوں کا خیال رکھنا' والدین کا فرض ہے مگر کچھ والدین ایسے ہوتے ہیں جو بچیوں کو سر کا بوجھ سمجھ کر سر سے اتار دیتے ہیں اب وہ جانیں اور ان کی زندگی کے مسائل جانیں۔

ہمارے معاشرے میں بعض گھرانوں میں بڑے بیٹے کو اس قدر اہمیت دی جاتی ہے کہ اس کے ہر فیصلے کو مانا جاتا ہے اور منوایا جاتا ہے۔ یہی وہ نقطہ ہے جس کی وجہ سے بہن بھائیوں کے دلوں میں ساری زندگی کیلئے نفرتوں کا بیج بویا جاتا ہے اور خاندان تتر بتر ہوجاتے ہیں ہم لوگ اسلامی زندگی اور طریقوں سے جتنا دور ہوتے ہیں اتنا زیادہ مسائل کا شکار ہوتے ہیں اگر گھر کے سربراہ جو کہ والد ہوتے ہیں' گھر میں جمہوریت کی فضا کو قائم کریں اور زندگی کے اہم امور کو باہمی صلاح و مشورہ سے انجام دیں تو مستقبل کے بہت سے مسائل اور الزام تراشیوں سے بچا جاسکتا ہے۔ اسلام میں ہر معاملہ میں مشورہ کی اہمیت مسلم ہے۔ مگر ہمارے معاشرے میں عموماً بڑے بیٹے کو کرتا دھرتا مان کر اس کے ہر غلط و صحیح فیصلوں کو مانا اور منوایا جاتا ہے جس سے بہت سوں کے خاص طور پر کمزوروں کے حقوق غصب ہوتے ہیں' مگر کسی کو کچھ پرواہ نہیں ہوتی۔

سسرال میں بہو کے ساتھ سلوک

ایک لڑکی جب بیاہ کر سسرال آتی ہے تو وہ اپنے والدین اور بہن بھائیوں کے ساتھ سے جدا ہوتی ہے' وہ امید کرتی ہے کہ اس کا جیون ساتھی اس کے ہر دکھ سکھ میں شریک ہوگا' دونوں ایک دوسرے کے غمخوار اور مونس ہوں گے' مگر گھر پر ساس صاحبہ کی حکومت ہوتی ہے' بیٹے کی مجال نہیں کہ وہ بیوی سے ہنس بول سکے۔ اپنے حالات میں میاں بیوی ایک دوسرے کی ضروریات کو تو چاہتے نہ چاہتے ہوئے پورا کردیتے ہیں مگر ان کے درمیان دلی تعلق قائم نہیں ہوسکتا جو کہ شادی کا اصل مقصد ہے اگر میاں بیوی ایک دوسرے کے ہمدرد غمگسار نہ ہوں تو گھر ایک سرائے کی مانند ہوتا ہے جہاں پر گھر کے افراد نے ایک دوسرے سے بے نیاز ہوکر زندگی کے شب و روز گزارتے ہیں۔ اس رویہ کی بھی بنیادی وجہ اپنے آپ کو بڑا اور دوسروں کو کمتر سمجھنا ہے۔ گھر میں "جیو اور جینے دو" کی بجائے نہ جئیں گے اور نہ جینے دیں گے کی فضا قائم ہوجاتی ہے۔ طعن و تشنیع' بے جا روک ٹوک' طنز اور بولی براداری' غیبت اور چغلخوری گھر کی بنیادیں ہلا دینے والی اخلاقی خرابیاں ہیں۔ چاہے ساس ہو یا بہو گھر کے امن و سکون کیلئے ان برائیوں سے بچنا انتہائی ضروری ہے اور اپنے ایمان کو سلامت رکھنے کیلئے بھی۔ ایک ایک قطرے کی مسلسل ٹپکار سے پتھر کا سینہ بھی پاش پاش ہوجاتا ہے۔ انسان تو پھر انسان ہوتا ہے۔ اس کی برداشت' تحمل اور بردباری کو ایک حد تک ہی آزمایا جاسکتا ہے۔ گھر کا سربراہ اگر سمجھ بوجھ سے کام نہ لے اور توازن قائم نہ رکھ سکے تو ٹوٹنا ایسے گھرانوں کا مقدر بن جاتا ہے۔

کیا رشتے آسمانوں میں طے ہوتے ہیں؟

(رابعہ قمر' لاہور)

اسلام میں میاں بیوی کو ایک دوسرے کا لباس کہا گیا ہے' مرد اور عورت ایک بندھن میں بندھ جانے کے بعد زندگی کے نئے سفر کا آغاز کرتے ہیں یہ تو ہم شروع سے ہی سنتے آرہے ہیں کہ رشتے آسمانوں پر طے ہوتے ہیں پھر بھی ہر کوئی پریشان ہے' ہر دوسرے تیسرے گھر میں یہی مسئلہ ہے' لڑکیاں عمر گزارتی جارہی ہیں' والدین اس فکر میں گھلتے جارہے ہیں' مہنگی سے مہنگی ہوتی اشیاء صرف جن کا اثر زندگی کے ہر شعبے پر ہوتا ہے' لڑکے بلند معیار زندگی کے چکر میں ہیں' میڈیا کے ذریعے خوبصورتی اور گلیمر کا پرچار اس قدر کیا جاتا ہے کہ اب لڑکے اور ان کے والدین آنے والی بیوی اور بہو کے روپ میں ایک سجی سجائی گڑیا تلاش کرتے ہیں اب تو ایسا معیار بن گیا ہے کہ مناسب شکل و صورت کی لڑکیاں بھی مسترد کردی جاتی ہیں۔ ایک سانولہ اور عام قدو قامت کے مالک لڑکے کے والدین بہو کے روپ میں نہایت خوبصورت اور گوری لڑکی کی تلاش کرتے ہیں جبکہ ان کے گھر میں انتظار میں بھائی سے مشابہت رکھنے والی لڑکی عمر گزار رہی ہوتی ہے اور اگر کہیں اچھے رشتے لڑکیوں کے آتے ہیں تو ماں باپ خود یا لڑکیاں منع کردیتی ہیں۔

اچھے سے اچھے کی تلاش بالآخر اس منزل تک لے جاتی ہے کہ "اب سب کچھ چلے گا" اگر خاندان میں کوئی بیٹی کے لائق اس کے معیار کے مطابق رشتہ ہی نہ ہو تو لڑکی کی عمر گزر جاتی ہے اور جب رشتے آنا بند ہوجاتے ہیں تو والدین خصوصاً مائیں ہر ایک سے کہتی ہیں کہ کسی نے رشتوں پر بندش کرادی ہے۔ کالا علم کردیا ہے کوئی کچھ کرا رہا ہے' ایسے لوگ تو ہم پرستی کا شکار ہوتے ہیں وہ اپنے رویوں کو نظر انداز کردیتے ہیں' بعض خاندان میں اگر کوئی جوان لڑکا نہ ہو تو نوجوان لڑکی کا نکاح شیر خوار بچے یا پچاس سے ساٹھ سالہ بوڑھے سے کردیا جاتا ہے۔ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ والدین یہ چاہتے ہیں کہ ان کی بیٹی کی شادی مختصر فیملی میں ہو' لڑکا اعلیٰ تعلیم یافتہ ہو' اچھی جگہ رہتا ہو' خوبصورت ہو وغیرہ لیکن اس کے ساتھ ایک اور پابندی بھی ضروری ہے کہ لڑکا لڑکی کے درمیان پانچ چھ سال کا فرق ضرور ہو یعنی لڑکا لڑکی سے بڑا ہو' اس موقع پر وہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم اور حضرت خدیجہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی عمروں کے فرق کو دیکھنا بھول جاتے ہیں اور انکار کردیتے ہیں اس قسم کی باتیں اس مسئلے کی سنگینی کو بڑھا دیتی ہیں۔ اگر والدین اسلام کے زریں اصولوں پر چلتے ہوئے غیر ضروری معیارات کو ختم کردیں تو بہتری ممکن ہے۔ آج کل اچھے رشتے کا کال ہوگیا ہے' اللہ پر بھروسہ کرکے شادی کریں' سب سے بہترین راستہ "استخارہ" ہے جو کہ سنت رسول صلی اللہ علیہ وسلم ہے' اللہ سے بہتر مشورہ بھلا کون دے سکتا ہے' لڑکے والے اپنے سخت رویوں اور معیارات میں کچھ کمی کرلیں تو بہت سی لڑکیاں مناسب عمر میں ہی بیاہی جائیں گی اگر ایک کسی کی بیٹی کا بھلا کریں تو اللہ آپ کا بھی بھلا کرے گا۔

جن مریضوں کے جگر یا گردوں میں پتھری ہو انہیں آلو کا زیادہ استعمال کرنا چاہیے اور ہر دن میں چار پانچ سیر پانی بھی پینا چاہیے' ایسا کرنے سے پتھری ریزہ ریزہ ہو کر نکل جاتی ہے۔

شادی کی دعا قبول اور جلد رشتہ طے! شاندار عمل

محمد رمضان' شیخوپورہ

اگر کسی لڑکے یا لڑکی کی شادی نہ ہوتی ہو اور عمر میں زیادتی ہو رہی ہو تو اسے چاہیے کہ اس اسم کو گیارہ دن تک 5500 مرتبہ روزانہ پڑھے اور اس کے بعد اللہ کے حضور اپنی شادی کے لیے دعا کرے انشاء اللہ قبول ہو گی اور جلد رشتہ طے پا جائے گا۔

اللہ تعالیٰ اپنی مخلوق کی دعاؤں کو سنتا ہے اور قبول فرماتا ہے اس لیے اسے مجیب کہا جاتا ہے کیونکہ وہ ہر سائل کے سوال کا جواب دیتا ہے اور ہر پکارنے والے کی پکار کا جواب دیتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کا خود ارشاد ہے کہ وہ کون ہے جو پکارنے والے کی اضطرابی پکار کو قبول فرماتا ہے۔ اللہ تعالیٰ مجیب ہے کہ وہ مظلوموں کی پکار کو سن کر ان کے ظلم کا تدارک کرتا ہے۔ اللہ مجیب ہے کہ وہ دکھیوں کی صدا کو سن کر ان کے دکھ کا ازالہ کرتا ہے۔ اللہ مجیب ہے کہ جب کوئی پریشان حال اسے مدد کیلئے بلاتا ہے تو وہ اس کی مدد فرماتا ہے۔ اللہ مجیب ہے کہ وہ اپنے ولیوں کو اپنا بنا کر ان کی ہر صدا پر لطف و کرم کا اظہار فرماتا ہے۔ اللہ مجیب ہے کہ وہ اپنے فقیروں کے اٹھے ہوئے ہاتھوں کی لاج رکھتا ہے۔ اللہ مجیب ہے کہ وہ اس کی بھی سنتا ہے کہ جو اسے مانتا ہے اور اس کی بھی سنتا ہے جو اسے نہیں مانتا۔ اس لیے میرے دوست! پہلے اسے مجیب کہہ کر پکار، پھر اس کے حضور اپنے دل کی التجا کر انشاء اللہ ضرور قبول ہو گی۔ یہ اسم جمالی ہے اور اس کے اعداد چھپن ہیں اور فوائد حسب ذیل ہیں:۔

شادی کی دعا قبول ہو

اگر کسی لڑکے یا لڑکی کی شادی نہ ہوتی ہو اور عمر میں زیادتی ہو رہی ہو تو اسے چاہیے کہ اس اسم کو گیارہ دن تک 5500 مرتبہ روزانہ پڑھے اور اس کے بعد اللہ کے حضور اپنی شادی کے لیے دعا کرے انشاء اللہ قبول ہو گی اور جلد رشتہ طے پا جائے گا۔

ہر جائز دعا قبول

اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہو کہ اس کی ہر جائز دعا قبول ہو تو اسے چاہیے کہ اس اسم کو 220 مرتبہ روزانہ سوتے وقت پڑھنے کا معمول بنالے انشاء اللہ اس کی ہر جائز دعا قبول ہو گی۔ ایک عامل کا قول ہے کہ اگر کوئی شخص اس نام کو جمعہ کے دن ایک سو مرتبہ لکھ کر تعویذ بنا کر اپنے پاس رکھے تو جو دعا کرے گا اللہ قبول کرے گا اور جو بات کسی سے کہے گا' وہی منظور ہو گی۔ ایک بزرگ کا قول ہے کہ دعا کے آغاز میں اس اسم کو گیارہ مرتبہ پڑھیں اس کے بعد جو دعا مانگنی ہو مانگیں۔ آخر میں پھر گیارہ مرتبہ یہی اسم پڑھیں۔ انشاء اللہ دعا قبول ہو گی۔

قید سے رہائی کا عمل

اگر کوئی ناجائز طور پر اپنے بال بچوں سے جدا ہو کر قید میں مبتلا ہو گیا ہو یا کسی کا پتہ نہ چلتا ہو تو چند آدمی اکٹھے ہوں اور گن کر اس اسم کو سوا لاکھ مرتبہ پڑھیں' پڑھائی مکمل ہونے پر تمام پڑھنے والے سر سجدے میں رکھ کر قیدی کی قید سے رہائی کیلئے دعا کریں۔ اس طرح سات دن تک یہی عمل کریں۔ انشاء اللہ قید سے خلاصی ہو گی اور قیدی بحفاظت اپنے بال بچوں میں آجائے گا۔

ناراض بیوی کو واپس لانے کا عمل

اگر کسی شخص کی بیوی ناراض ہو کر میکے چلی گئی تو خاوند کو چاہیے کہ اس اسم کو گیارہ ہزار مرتبہ پڑھے اور پڑھنے کے بعد پانی پر پھونک لگا کر پانی کو اس طرف منہ کر کے پاکیزہ جگہ پر پھینکے جس طرف وہ رہتی ہو۔ اس طرح گیارہ روز کرے۔ انشاء اللہ بیوی واپس آنے کے فوراً آثار پیدا ہو کر وہ اپنے گھر میں آکر آباد ہو جائے گی۔

مرشد کامل ملنے کا عمل

جس شخص کو مرشد کامل نہ ملتا ہو یا کوئی عارف کامل کسی کو مرید بنانا قبول نہ کرتا ہو تو اس اسم کو دس دن تک بعد نماز مغرب 12500 مرتبہ روزانہ پڑھیں۔ انشاء اللہ حسب خواہش اللہ کا بندہ مل جائے گا۔

سفید بال کالے کرنے کا آزمایا نسخہ

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے بال وقت سے پہلے سفید ہو گئے تھے' عبقری کے ایک سابقہ شمارے میں ایک نسخہ دیکھا تھا کہ اسطخدوس چھ گرام ایک کپ پانی میں پکا کر صبح و شام پی لیں' میں نے یہ نسخہ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کیا تو میرے بال سر میں اور داڑھی میں جو سفید تھے وہ کالے ہونا شروع ہو گئے' میں اتنا خوش ہوں کہ لفظوں میں بیان نہیں کر سکتا۔ یہ نسخہ اب میں دوسرے لوگوں کو بھی بتا رہا ہوں تا کہ ان کو بھی فائدہ ہو۔ (نور خان نیازی' کراچی)

نجومی اور دیہاتی

(فرزانہ صغیر)

جب نجومی اپنی تمام باتیں کر چکا تو دیہاتی نے کہا میں نے آپ کی بہت شہرت سنی تھی' سنا تھا کہ آپ غیب کی خبریں بتاتے ہیں

حیدرآباد میں ایک نجومی رہتا تھا' وہ لوگوں کے ہاتھ دیکھ کر ان کی قسمت بتاتا تھا' ہر روز مجلس لگاتا' اس کی مجلس میں ہر طرح کے لوگ شرکت کرتے تھے' یوں وہ اپنی جھوٹی اور چکنی چپڑی باتوں اور دھوکہ بازی سے لوگوں کو بے وقوف بناتا تھا۔ اپنے اس فن کی بنیاد پر وہ مشہور بھی بہت ہو چکا تھا۔ ایک سادہ لوح دیہاتی نے اس کی شہرت سن کر اسے ہاتھ دکھانے کا فیصلہ کیا۔ وہ اس کے پاس پہنچا اور اپنا ہاتھ اس کے آگے کر دیا' بولا میری قسمت کا حال بتاؤ' نجومی نے فوراً کہا میں قسمت بتانے کی فیس سو روپے لیتا ہوں۔ دیہاتی نے کہا ٹھیک ہے پہلے میرا ہاتھ دیکھو۔ اب نجومی نے ہاتھ دیکھ کر کہنا شروع کر دیا۔ آپ کی قسمت بہت اچھی ہے' آپ حج کریں گے' بہت جلد آپ کے ہاں دولت کی ریل پیل ہونے والی ہے۔ دنیا آپ کے قدموں میں ہو گی اور بھی بہت سے لوگ پاس بیٹھے نجومی کی باتوں کو غور سے سن رہے تھے اور سوچ رہے تھے کہ یہ دیہاتی تو بس چند دن میں مال دار بننے والا ہے۔

جب نجومی اپنی تمام باتیں کر چکا تو دیہاتی نے کہا میں نے آپ کی بہت شہرت سنی تھی' سنا تھا کہ آپ غیب کی خبریں بتاتے ہیں' آپ نے میری قسمت کا حال مجھے بتا دیا' اب یہ بتائیں کہ میرے اور آپ کے درمیان جو سو روپے کا معاملہ طے ہوا تھا وہ سو روپے میں آپ کو دوں گا یا نہیں۔۔۔؟؟؟

نجومی دیہاتی کا سوال سن کر حیران رہ گیا' وہ کوئی جواب نہ دے پایا کیونکہ اگر وہ کہتا آپ سو روپے دیں گے تو ممکن تھا کہ دیہاتی کہہ دیتا میں نہیں دوں گا اور اگر وہ کہتا کہ نہیں تو دیہاتی اسے سو روپے دے کر جھوٹا ثابت کر دیتا' غرض یہ کہ نجومی چپ چاپ رہ گیا' سب لوگ اس پر ہنسنے لگے اس طرح سب کے سامنے اس کی خوب کرکری ہوئی۔ دیہاتی مجمع سے نکل کر اپنے گاؤں واپس آ گیا۔ اس کے گھر نہ کبھی دولت کی ریل پیل ہوئی' نہ اسے حج کا موقع ملا۔ اسی حالت میں اس کی وفات ہوئی' دیہاتی کے بیٹے یہ واقعہ لوگوں کو سنایا کرتے تھے۔ وہ کہا کرتے تھے میرا باپ تو کیا دولت مند بنتا میں بھی ابھی گدھا گاڑی چلاتا ہوں۔

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج

روحانی بیماریوں کا روحانی علاج

براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کیلیے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ مختصر اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند ٹیپ یا سٹیپلر زپن کا استعمال نہ کریں کیونکہ خط کھولتے ہوئے پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ اپنا نام شہر کا نام اور مکمل پتہ واضح کر کے جوابی خط پر ضرور لکھیں۔ ایڈریس نامکمل ہونے کی وجہ سے جواب نہیں دیا جائیگا۔

بعض لوگ خط لکھنے کے بعد جواب کا انتظار نہیں کرتے' فوراً مزید لکھ دیتے ہیں' کم از کم چالیس دن انتظار کریں۔ جو وظیفہ بتایا گیا ہے صرف اُسی میں توجہ کریں بار بار وظائف ہرگز نہ بدلیں۔

زیارت رسول ﷺ

میں اکثر خواب میں بزرگوں کو دیکھتی ہوں' کبھی کبھی مجھے آسمان پر روشنیوں سے تحریر کردہ اسمائے الہیہ اور آیات قرآنی بھی نظر آتی ہے اور کبھی کبھی تو جاگتے میں بھی ایسا ہوا کہ آسمان پر نظر ٹک گئی اور کوئی اسم الہٰی روشنیوں سے لکھا ہوا صاف اور روشن نظر آیا۔۔۔ ایک مرتبہ خواب میں حضور نبی اکرم ﷺ کی زیارت بھی نصیب ہوئی اور ایک مرتبہ حضرت بلال رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے ملاقات ہوئی۔ ایک خواب میں میں نے خود کو حج کرتے ہوئے دیکھا ہے' اکثر وقت بے وقت میرے کانوں میں اذان کی آواز بھی آنے لگتی ہے۔ میں کسی کو بتاتی ہوں تو کوئی میری بات پر یقین نہیں کرتا۔ (میمونہ آصف' لاہور)

جواب: آپ کی بیان کردہ کیفیات حضور نبی کریم ﷺ سے آپ کے قلبی تعلق و محبت اور روحانی بزرگوں کے ساتھ گہری عقیدت کو ظاہر کرتی ہیں۔ حضور نبی اکرم ﷺ کی خواب میں زیارت ہونا ایک بہت بڑی سعادت ہے۔ یہ سعادت ملنے پر بطور شکرانہ ہدیہ صلوٰۃ و سلام نبی کریم ﷺ کی خدمت میں پیش کرنا چاہیے۔ بطور شکرانہ غریبوں کی مالی مدد بھی ایک مستحسن کام ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنے حبیب محمد مصطفیٰ ﷺ کی زیارت کا شرف عطا فرمائے۔ آمین۔

بیٹیوں کے ساتھ بُرا سلوک

ہم آٹھ بہن بھائی ہیں' پانچ بہنیں اور تین بھائی۔۔۔ بھائی ہم بہنوں سے چھوٹے ہیں۔ ماں باپ نے بھائیوں کے خوب لاڈ اٹھائے لیکن دکھ کی بات یہ ہے کہ ہمارے والدین نے ہم بہنوں کے ساتھ امتیازی سلوک کیا۔ ہمارے خاندان میں بیٹیوں کا وجود پسند نہیں کیا جاتا۔ سائنسی ترقی کے دور میں بھی ہماری ایک رشتہ دار کو الٹرا ساؤنڈ سے جب پتہ چلا کہ ان کے ہاں بیٹی کی ولادت ہوگی تو انہوں نے دو مرتبہ ابارشن کروالیا۔۔۔ کیا ہماری اُس رشتہ دار کا یہ عمل دور جاہلیت کے لوگوں جیسا نہیں ہے؟۔۔۔ ہمارے بھائیوں کو لاڈ پیار نے بہت زیادہ بگاڑ دیا ہے وہ ہماری تو چھوڑیں ماں باپ کی بھی عزت نہیں کرتے۔ ہر وقت آپس میں لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں اور ابو سے پیسے مانگتے رہتے ہیں۔ (پوشیدہ)

جواب: بیٹوں کے مقابلہ میں بیٹیوں کے ساتھ کمتر سلوک کی کسی بھی طرح تائید نہیں کی جاسکتی ہے۔ ایک مسلمان گھرانے میں یہ طرز عمل قرآن اور ارشادات نبوی ﷺ کے خلاف ہے۔ رسول کریم ﷺ نے تو لڑکیوں کے ساتھ زیادہ بہتر سلوک کی تاکید فرمائی ہے۔

بعض کڑی شرائط کے تحت مجبوراً اسقاط حمل کروایا جاسکتا ہے لیکن محض اس لیے اسقاط حمل کرا دینا کہ لڑکی پیدا نہ ہو ناجائز اور شدید جرم کے مترادف ہے۔ ہمارے معاشرہ میں بیٹا اور بیٹی کے حوالہ سے مختلف تصورات موجود ہیں۔ بعض والدین سمجھتے ہیں کہ بیٹا ان کے بڑھاپے کا سہارا بنے گا جب کہ لڑکیاں پرائے گھر چلی جائیں گی۔ لیکن کئی گھرانوں میں یہ صورتحال سامنے آئی کہ لڑکے تو شادی کے بعد اپنی بیوی کو لے کر والدین کو چھوڑ کر چل دیئے جبکہ لڑکیاں پرائے گھر میں ہونے کے باوجود اپنے والدین کی خبرگیری اور حتی الامکان خدمت کرتی رہیں۔ والدین کی خدمت کیلئے لڑکا یا لڑکی ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ والدین کی خدمت ایک سعادت ہے جو کسی کو بھی حاصل ہوسکتی ہے۔ آپ اپنے والدین کے فکر و عمل میں اصلاح کے لیے رات سونے سے قبل سورۂ النحل کی آیت 119 گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والدین کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان کے طرز عمل میں اصلاح اور اولاد کے ساتھ یکساں سلوک کی توفیق ملنے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَارَءُوفُ کا ورد کریں۔

شوہر اور بیٹوں کی لڑائی

میرے چار بیٹے اور ایک بیٹی ہے۔ بیٹی ماشاء اللہ اپنے گھر میں خوش ہے۔ ایک بیٹے کی بھی شادی کر دی ہے۔ وہ اپنی بیوی کے ساتھ ہمارے ساتھ ہی رہتا ہے۔ میرے شوہر کا وسیع کاروبار ہے۔ کراچی اور شارجہ میں ہمارے دفاتر ہیں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے شوہر اور بیٹوں میں بالکل نہیں بنتی۔ میرے شوہر ملنے جلنے والوں اور رشتہ داروں کے سامنے اپنے بیٹوں کی بے عزتی کر دیتے ہیں۔ باپ کے رویہ کو دیکھتے ہوئے میرا ایک بیٹا تو ہم سے تقریباً لاتعلق ہی ہوگیا ہے۔ اس نے اپنا کاروبار بھی الگ کرلیا ہے۔ اس کا کاروبار اچھا چل رہا ہے لگتا ہے کہ چھوٹا بیٹا بھی کچھ ایسا ہی سوچ رہا ہے۔ بڑے دو بیٹے کاروبار میں اپنے باپ کا ہاتھ بٹاتے ہیں لیکن میرے شوہر ان کا بھی کوئی خیال نہیں کرتے۔ بعض اوقات ان کے کاروباری وعدوں کو بلاوجہ منسوخ کر دیتے ہیں جس کی وجہ سے مارکیٹ میں میرے بیٹوں کی ساکھ نہیں بن پارہی۔ براہ کرم کوئی دعا بتائیں جس کی برکت سے میرے شوہر کا غرور' تکبر ختم ہو' وہ اپنی اولاد سے اچھا سلوک کریں اور غریب رشتہ داروں کو کمتر اور حقیر سمجھنا چھوڑ دیں۔ آپ کے خیال میں کیا مجھے بیٹوں کو علیحدہ کاروبار کی اجازت دے دینی چاہیے؟ (پ، اسلام آباد)

جواب: رات سونے سے پہلے 41 مرتبہ سورۂ رعد کی آیت 21-22 گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور ان کے مزاج میں اعتدال اور عجز و انکساری کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ وضو بے وضو کثرت سے یَاشَکُوْرُ کا ورد کریں۔ جتنا زیادہ ہو سکے صدقہ خیرات کرتی رہا کریں۔ آپ کے دو بڑے بیٹے اگر اپنا کاروبار علیحدہ کرنا چاہیں تو انہیں زبردستی نہ روکیں۔ بہتر ہوگا کہ آپ خود اپنے شوہر سے بات کر کے ان دونوں کو خوش اسلوبی سے علیحدہ علیحدہ کام سونپ دیں۔

مجھے اُس پر بھروسہ نہیں

کچھ عرصہ قبل یونیورسٹی میں ایک کلاس فیلو لڑکے نے پہلی ملاقات میں براہ راست مجھے پرپوز کیا جس پر میں نے خاصے سخت لہجے میں اسے منع کر دیا۔ میرے منع کرنے کے باوجود وہ مستقل میری رضامندی کے حصول کی

انجیر کا کمال: انجیر کو دودھ میں پکا کر پھوڑوں پر باندھنا مفید ہے۔ اس سے پھوڑا جلدی بھر کر صاف ہو جاتا ہے اور پھر دوبارہ اس طرح کی تکلیف نہیں ہوتی۔

کوشش میں لگا رہا۔۔۔ بالآخر تنگ آ کر میں نے کہا ہم اچھے دوست بن سکتے ہیں۔ پھر ہم نے ملنا شروع کر دیا۔ وہ چاہتا ہے کہ ہم مستقبل میں جیون ساتھی بن جائیں جبکہ مجھے اس پر پوری طرح اعتبار بھی نہیں آیا ہے۔ پھر وہ ہماری قومیت کا بھی نہیں ہے۔ میری ایک بہت گہری دوست کہتی ہے کہ وہ تم سے بہت محبت کرتا ہے اور ایسا سیدھا اور محبت کرنے والا لڑکا آج کے دور میں بہت مشکل سے ملتا ہے۔ لیکن مجھے اُس کی بات پر یقین نہیں آتا۔ (پوشیدہ)

جواب: اتنے لمبے چوڑے الجھاوے میں پڑنے کی کیا ضرورت ہے؟ آپ ان تمام باتوں سے اپنی والدہ کو آگاہ کر دیں۔ اس لڑکے سے کہیں کہ وہ آپ کے گھر باقاعدہ رشتہ بھیجے۔ جب رشتہ آ جائے تو پھر معاملہ والدین پر چھوڑ دیں۔ پھر وہ جیسا آپ کے حق میں بہتر سوچیں گے ویسا ہی فیصلہ کریں گے۔

صحن جوتا اور بدصورتی

کچھ عرصہ قبل میں اور امی صحن میں سو رہے تھے رات کے تین بجے میری آنکھ کھلی تو میں نے دیکھا کہ ایک جوتا پڑا ہوا ہے۔ میں ڈر گئی اور امی کو جگا کر پوچھا کہ یہ کہاں سے آیا؟ امی کو بھی معلوم نہیں تھا کہ یہاں سے آیا اور کس کا ہے؟ اس واقعہ کے بعد میں مسلسل بیمار رہنے لگی ہوں' میرا جبڑا بہت بڑھ گیا ہے جس سے میری صورت عجیب سی ہو گئی ہے اس لیے میں نے لوگوں سے ملنا بھی چھوڑ دیا ہے۔ (ف۔ر۔ ملتان)

جواب: آپ کی بیماری کا سبب اس روز ملنے والا جوتا نہیں ہے۔ ہمارے حساب سے آپ معدہ کی خرابی اور مسوڑھوں اور دانتوں کے امراض میں مبتلا ہیں بہتر ہوگا کہ نظام ہضم کی درستگی کی طرف توجہ دیں۔ کسی اچھے ڈاکٹر یا حکیم سے رابطہ کریں' مسوڑھوں اور دانتوں کا کسی ڈینٹسٹ سے معائنہ کروائیں۔ ہلکی اور زود ہضم غذائیں لیں۔ چند روز تک سنت نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کے تحت مسواک کریں۔

گندگی کا خیال

میں جب بھی باتھ روم سے آتی ہوں تو کہنیوں تک ہاتھوں کو دھوتی رہتی ہوں پھر گھٹنوں تک ٹانگوں کو پانی سے اچھی طرح دھوتی ہوں۔ اُس وقت میرے ذہن پر یہ خیال شدت سے غالب ہو جاتا ہے کہ گندگی کی چھینٹوں سے میرے ہاتھ پیر گندے ہو گئے ہیں۔ بعض اوقات تو یہ خیال اس بری طرح مجھ کو ستاتا ہے کہ میں اپنے کپڑے بھی تبدیل کر کے ان کپڑوں کو دیر تک دھوتی رہتی ہوں۔ گندگی لگ جانے کے اس خیال نے میرے ذہن کو ماؤف کر کے رکھ دیا ہے اور نماز کے دوران بھی مجھے یہ خیالات آتے رہتے ہیں کہ پتہ نہیں میرا وضو ہوا ہے یا نہیں۔ (مہوش' سیالکوٹ)

جواب: پاکی ناپاکی سے متعلق آپ کو آنے والے یہ خیالات دراصل شیطانی وسوسے ہیں۔ ان وسوسوں سے نجات کا ایک طریقہ یہ ہے کہ انہیں کوئی اہمیت نہ دی جائے نہ ہی ان پر عمل کیا جائے۔ یعنی اگر یہ خیالات آتے ہیں تو انہیں روکا نہ جائے اور نہ ہی انہیں کوئی اہمیت دی جائے۔ چند روز کی اس مشق سے انشاء اللہ ان منفی خیالات کی شدت ٹوٹ جائے گی۔ قوت ارادی میں اضافے کے لیے صبح و شام اکیس اکیس بار سورۂ آل عمران کی آیت نمبر دو تین تین بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ٹیبل سپون شہد پر دم کر کے پئیں۔ وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کریں۔

آسیب زدہ مکان

ہم چھ مہینے پہلے نئے مکان میں شفٹ ہوئے ہیں۔ پہلے جو لوگ رہتے تھے انہوں نے ہمیں بتایا تھا کہ یہ مکان بھاری ہے۔ لیکن میرے میاں نے کہا یہ سب توہمات ہیں ایسا کچھ نہیں ہوتا لیکن کچھ عرصہ بعد ہی مجھے یقین آ گیا کہ واقعی یہ گھر بھاری ہے۔ جب سے ہم لوگ یہاں آئے ہیں کوئی نہ کوئی ہر وقت بیمار رہتا ہے۔ بیمار نہ ہو تو چوٹ لگ جاتی ہے یا گر پڑ جاتا ہے۔ میرے بچے اکثر خواب میں ڈر جاتے ہیں اور بری طرح چیخ مار کر اٹھ جاتے ہیں۔ جاگنے پر بتاتے ہیں کہ چڑیل گلا دبا رہی تھی۔ میں نے اپنے میاں کو بتایا تو انہوں نے پھر یہی کہا کہ تمہارا وہم ہے۔ آپ بتائیے کہ آخر یہ کیا ہے؟ اور اس کا کیا علاج ہے؟ (عائشہ حیات' لاڑکانہ)

جواب: گھر میں گیارہ دن تک روزانہ لوبان کی دھونی دیں' مغرب کے بعد تین بار سورۂ فلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے سب گھر والوں کو پلا دیں اور تھوڑا پانی گھر کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔ رات کے وقت گھر میں مکمل اندھیرا نہ کیا کریں۔ بچوں کے کمرے میں ہلکی روشنی رہے تو بہتر ہے۔ بچوں کو صبح و شام ایک ایک چمچ شہد پلا دیا کریں۔

گھر داماد

میں اپنے والدین کی اکلوتی اولاد ہوں' شادی کے بعد میں والدین کے ساتھ ہی رہتی ہوں۔ میرے والد کی ایک دکان ہے جس پر میرے شوہر کام کرتے ہیں لیکن میرے والد شوہر کے ہاتھ پر ایک روپیہ تک نہیں رکھتے گھر میں میرے شوہر کی کوئی عزت نہیں' میرے والدین ان سے نوکروں جیسا سلوک کرتے ہیں۔ ہر ایک کے سامنے انہیں ذلیل کرتے رہتے ہیں۔ میں امی سے اس بات پر لڑتی بھی ہوں لیکن ان کے کان پر جوں تک نہیں رینگتی' ابو سے اس لیے کچھ نہیں کہتی کہ وہ غصے کے بہت تیز ہیں وہ ہمیں گھر سے نکالنے میں ایک منٹ کی دیر بھی نہیں کریں گے اور پھر ہم کہاں جائیں گے؟ یہ سب سوچ کر میں ان کے سامنے بالکل خاموش رہتی ہوں۔ میں چاہتی ہوں میرے شوہر کا کاروبار الگ ہو جائے بھلے سے ہم امی ابو کے ساتھ ہی رہیں لیکن ہماری اپنی زندگی ہو اور ہم اپنی مرضی سے کھا پی' پہن اوڑھ سکیں اور جہاں چاہیں آ جا سکیں۔ (سویرا' کراچی)

جواب: اپنے مسئلہ کا حل تو آپ نے خود ہی تجویز کر دیا ہے کہ آپ کے شوہر کا کاروبار الگ ہو جائے۔ بہتر ہوگا کہ رہائش بھی الگ ہو۔ خواہ ایک ہی مکان میں اوپر نیچے ہو۔ آپ اپنے شوہر کو ہمت دلائیں کہ وہ اپنا علیحدہ کاروبار کریں یا فی الحال کہیں ملازمت کر لیں۔ عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس بار سورۂ طلاق کی آیت 2۔3 گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے روزگار میں برکت و ترقی کیلئے دعا کریں کم از کم چالیس روز تک۔ ناغہ کے دن بعد میں پورے کر لیں۔ وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کریں۔ ہر جمعرات کو پانچ روپے خیرات کر دیا کریں۔

تسبیح خانہ سے بیعت ہونے کے بعد کیا کریں؟

حضرت حکیم صاحب کے سلسلہ عالیہ قادری ہجویری کے بیعت ہونے کے بعد 1۔ منتخب احادیث کا مستقل مطالعہ کریں۔۔۔2۔ شجرہ طیبہ کو اپنی زندگی کی ترتیب میں لائیں۔ اپنی زندگی کے معاملات پاکیزہ اور صاف ستھرے ہوں' کسی کے لین دین میں حلال و حرام کا خاص خیال رکھا جائے۔ اپنی گھریلو زندگی اور معاشرت میں بیوی' ماں' بہن بھائیوں کے ساتھ اچھا معاملہ اور خوش خلقی کا معاملہ ہو۔ کسی سے رنجش ہو تو کوشش کریں اس کے ساتھ معاملہ بہتر ہو بدکار سے بدکار انسان کے دل میں نفرت نہ ہو حتیٰ کہ کافر اور مشرک کے لیے دل میں نفرت نہ ہو بلکہ خیر خواہی کا جذبہ ہو اور اس کی ہدایت کا فکر ہو۔ اپنے مرشد کو ہر تیسرے، پندرہ دن کے بعد آخری ہر مہینے اپنے احوال اذکار کیفیات تسبیحات لکھتے رہیں اور خاص طور پر جو اعمال نہیں کر پا رہے ان کی اطلاع ضرور دیں اور سب سے زیادہ نفع اس کو ہوگا جو مرشد کے بارے میں اچھا گمان اعتماد اور یقین سے چلے گا۔ بیعت ہونے کے بعد درس کا سننا بہت ضروری ہے یہ دراصل مرید اور مرشد کے درمیان ایک رابطہ کا ذریعہ ہے۔ درس کسی بھی شکل میں نیٹ سی ڈی میموری کارڈ موبائل کے ذریعے مستقل سنتے رہیں اور دوسروں کو بھی درس کی ترغیب دیتے رہیں اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنی رضا عطا فرمائے اور مسنون زندگی پہ دن رات چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔

لاعلاج امراض کیلئے آزمائی چٹنی کا نسخہ حاضر ہے!

فقیرنی کے غریب خانے پر آگئیں۔ جیسے ہی انہوں نے مجھے دیکھا ایسے گلے ملیں' کیفیت ان کی ایسی تھی کہ ان کے کنٹرول میں ہنسی نہ تھی۔ دعاؤں کا خزانہ ان کی زبان سے نکل رہا تھا' اپنی صحت یابی سے اتنی مسرور تھیں اس دن اندازہ ہوا حقیقی خوشی یہ ہے۔

کثرت بلیڈنگ کا علاج

(ذکیہ اقتدار بہاولنگر)

اکثر خواتین کو یہ مرض لاحق ہوگیا ہے' نماز قضا ہوتی ہے تو مسلسل بلیڈنگ دو سے چھ ماہ تک خواتین کو ہوتی ہے' حتیٰ کہ شدید گرمی میں بھی اس مرض کا شکار خواتین کو دیکھا' شدید گرمی میں کس طرح اس دکھ کو سہتی ہیں حالانکہ اس کی اذیت تو چند دن سہنا ہی شدید امتحان سے گزرنا ہوتا ہے۔ ایسی ہی ایک خاتون مجھے ایک میت والے گھر میں نظر آئیں۔ کیونکہ وہ آرام دہ کرسی پر تشریف فرما تھیں۔ فقیرنی کو بے چینی ہوئی' ان کے قریب گئی' بیماری کی نوعیت دریافت کی وہ اپنا مرض بتا رہی تھیں' اس خوفناک بیماری کی اذیت ان کے چہرے سے عیاں تھی۔ شادی کو صرف دس سال ہوئے تھے' یہ خوفناک مرض چھ ماہ سے لگا ہوا ہے۔ اب ان کی کیفیت یہ تھی کہ سارا دن صرف اپنی ہی دیکھ بھال کر پاتیں۔ ماہر سرجن کے پاس زیرعلاج رہیں' دور دراز شہروں میں گئیں' لاکھوں روپے دواؤں پر خرچ کرڈالے مگر افاقہ نہ ہوا۔ فقیرنی نے ان محترمہ سے کہا کیا آپ حکیم کا نسخہ استعمال کرسکیں گی۔ ایک دم ان کی زبان سے جو الفاظ ادا ہوئے ''میں صدقے جاؤں مجھے جلدی سے بتاؤ'' میں نے نسخہ بتایا' استعمال کرایا۔ وہ تو ایک ہفتے میں ٹھیک ہوگئیں۔ فقیرنی کے غریب خانے پر آئیں۔ جیسے ہی انہوں نے مجھے دیکھا ایسے گلے ملیں' کیفیت ان کی ایسی تھی کہ ان کے کنٹرول میں ہنسی نہ تھی۔ دعاؤں کا خزانہ ان کی زبان سے نکل رہا تھا' اپنی صحت یابی سے اتنی مسرور تھیں' اس دن اندازہ ہوا حقیقی خوشی یہ ہے۔ دوسروں کو بنا کسی معاوضے کے ان کا حق دیدو۔ بغیر کسی لالچ سے ان کے دکھوں کو دور کردو۔ ان کی جھولی میں ان کا حق ڈال دو۔ پھر قدرت کیسے مہربان ہوتی ہے۔ یہ آنکھوں سے خود دیکھیں۔ نسخہ آپ کے پاس ہے۔ وہ عبقری کے حوالے کردیں' نسخہ جو استعمال کرتا وہ درج ذیل ہے:۔

سونف ایک چھٹانک' انگور کی جڑ ایک چھٹانک' پودینہ سوکھا یا تازہ ایک چھٹانک' انج بار کے سوکھے پھول ایک چھٹانک' پانی چار گلاس' چینی آدھا کلو۔ بنانے کا طریقہ: تمام اشیاء کو پتیلے میں ڈال کر چولہے پر رکھیں' آنچ دھیمی رکھیں۔ جب تار بن جائے تو شربت کو نیچے اتار لیں' پھر ٹھنڈا ہونے کیلئے رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر کسی بوتل میں ڈالیں۔ روزانہ صبح وشام آدھا گلاس شربت اور آدھا گلاس پانی ملائیں اور پی لیں۔ پھر اسی طرح پورا نسخہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ شفاء ہوگی۔ نسخہ دو سے تین بار استعمال کیا جاسکتا ہے۔ کچھ عرصہ استعمال کریں۔

معالج اور مریضوں کے تجربات

(ع،ا۔م، سلطانپور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عرض ہے کہ میں دو سال سے عبقری کا قاری ہوں' میں نے آج تک کوئی ایسا رسالہ نہیں دیکھا اور نہ ہی اس عبقری جیسا دوست پہلے کبھی ملا۔ حکیم صاحب اللہ تعالیٰ آپ کی زندگی میں دن دگنی رات چوگنی ترقی و برکات عطا فرمائے۔ حکیم صاحب! میں نے اس رسالہ میں بہت زیادہ تجربات کیے اور انہیں آزمایا بہت ہی مفید پایا۔ عبقری میں مختلف بیماریوں کے بارے چٹنی والا نسخہ پڑھا تو اسے لاتعداد لوگوں نے آزمایا اور سب کا جواب یہی آیا کہ اسے بہت ہی مفید پایا کسی نے یہ نہیں کہا کہ ہمیں فائدہ نہیں ہوا۔ میرے والد صاحب کو شوگر ہے ہم یہ نسخہ کافی عرصے سے آزما رہے ہیں کہ یہ نسخہ اگر پابندی سے استعمال کیا جائے تو سب دوائیں چھوٹ جاتی ہیں۔ چٹنی کا نسخہ درج ذیل ہے:۔

چٹنی کے اجزاء: سبز پودینہ' ادرک یا سونٹھ' سبز انار دانہ ہموزن ملا کر سل وٹے یا گرائینڈر میں خوب رگڑیں جتنا زیادہ رگڑیں گے اتنا زیادہ مفید و موثر ہوگا بعض لوگ اس میں ہموزن دیسی لہسن بھی ملا دیتے ہیں لیکن میں عموماً یہی 3 اجزاء استعمال کراتا ہوں اس میں مزید کوئی نمک مرچ نہ ڈالیں اکٹھی بھی بنا کر فریج میں رکھ سکتے ہیں روزانہ ڈیڑھ چمچ سے ایک چھوٹا چمچ دن میں تین سے پانچ بار کھانے کے علاوہ یا کھانے کے ہمراہ جیسے دل چاہے استعمال کریں۔ پرانی بیماریوں میں مستقل استعمال کریں اور اگر مزید کوئی اور دوا استعمال کر رہے ہیں تو اسے فوراً نہ چھوڑیں۔ اگر اجزاء تازہ نہ ملیں تو مجبوراً خشک بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ عبقری میں گردہ کی پتھری کے بارے میں علاج پڑھا کہ ایک کلو دودھ اور ایک کلو پانی ملا کر روزانہ پلائیں تو ایک ملنے والے کو بتایا جس کے گھر والوں کو پتھری تھی' انہوں نے چند روز ہی اس طرح کیا کہ پتھری زائل ہوگئی۔ اس سے پہلے ان کا ارادہ آپریشن کروانے کا تھا۔ انہوں نے بہت دعائیں دیں۔ جوڑوں کے درد کے بارے میں اور بڑھے ہوئے پیٹ کو چھوٹا کرنے کیلئے اور اعصابی کمزوری اور کمر کے درد اور معدہ اور السر کے مریضوں کو عبقری اپریل 2013ء کے رسالہ میں موجود نسخہ موجود ہے۔ ھوالشافی: کلونجی پچاس گرام' چھلکا اسپغول پچاس گرام' شہد سو گرام۔ کلونجی پیس کر چھلکا اور پاؤڈر کلونجی شہد میں ملائیں۔ کسی ڈبے میں محفوظ رکھیں ایک چمچ ناشتے اور ہر کھانے کے بعد چاہیں تو نہار منہ بھی لے سکتے ہیں۔ یہ نسخہ میں نے کئی لوگوں پر آزمایا اس میں تو اللہ کے حکم سے شفاء ہی شفاء ہے جس نے بھی مکمل یقین کے ساتھ یہ نسخہ بنایا تو اس نے بہت ہی اچھا رزلٹ سنایا اور روحانی پھکی کے تو عجیب ہی کمالات ہیں جس مرض کیلئے بھی یہ لی جائے وہ مرض اللہ کے حکم سے دور ہوجاتی ہے۔ میرے کزن ایک مرتبہ لیٹے ہوئے تھے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ جسم میں بہت درد ہیں اور بخار بھی ہے تو انہیں یہ پھکی استعمال کروائی اور ساتھ ہی وضو کروا کر وضو کے بعد تین گھونٹ اس بیماری کو دور کرنے کی نیت سے پلائے تو اللہ کے حکم سے فوراً وہ ٹھیک ہوگئے۔ عبقری کے میں نے بہت ہی تجربات کیے اور کررہے ہیں۔ اگر یہ مکمل تجربات ہی لکھنا شروع کریں تو ایک کتابچہ تیار ہوجائے گا۔

اپنی ناف خود ٹھیک کریں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ناف کو خود نکالنے کا ایک کامیاب ٹوٹکہ ہے جو کہ عبقری قارئین کی نذر ہے:۔ ایک یا آدھے انچ موٹا دو فٹ لمبا ڈنڈا لیں' اکڑوں بیٹھ کر یہ ڈنڈا گھٹنوں میں دبالیں۔ حلوہ یا کوئی نرم غذا سامنے رکھ لیں' دو منٹ کے بعد یہ غذا استعمال کریں' بعد غذا یہ ڈنڈا نکال دیں۔ ناف ٹھیک ہوجائے گی۔ نوٹ: دونوں پاؤں اور گھٹنے ملیں ہوں تو بہتر ہے اور نہ ہوسکے تو کوئی حرج نہیں۔ یہ ٹوٹکہ میں نے کئی افراد پر آزمایا ہے کامیاب پایا ہے۔ اکثر لوگ مجھ سے اپنی ناف نکلوانے آتے ہیں میں ان کو یہی ٹوٹکہ بتاتا ہوں۔ (ایک بندہ' ملتان)

شکست کھالے: علم و ہنر کے اظہار میں استاد سے، زبان چلانے میں عورت سے، اونچی آواز سے بولنے میں گدھے سے، بحث کرنے میں جاہل سے، کھانے پینے میں ساتھی سے، مال خرچ کرنے میں شیخی خورے سے، لڑائی میں بیوی سے۔

ستر شفائیں کے کمالات

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

"ستر شفائیں" دوا شروع میں جب تیار کی تو گمان اور یقین نہیں تھا کہ اس کے اتنے فائدے، اتنے کمالات اور اتنی تاثیر ہوگی۔۔۔ہاں! یہ تو خبر تھی کہ اس کے فائدے اتنے زیادہ ہیں اگر ستر بیماریوں کو بھی گنا جائے تو شاید اس کے فائدے اُن سے بھی بڑھ جائیں۔ دوران استعمال بعض ایسی بیماریوں میں بھی اس کے فائدے سامنے آئے جو خود میرے وہم و گمان میں نہیں اور میرے احساس اور سوچ میں بھی نہیں...... پہلا فائدہ: نعت خواں، واعظ، مقررین پروفیسرز، لیکچرار، قاری، حافظ، عالم خطیب ان حضرات نے اس کی بہت زیادہ تعریف کی۔ ستر سال کے ایک صاحب مجھے کہنے لگے میں خطیب ہوں جب تقریر کرنی ہوتی ہے تو چنے کے برابر "ستر شفائیں" اپنے جبڑے اور دانتوں کے درمیان ایسے رکھ لیتا ہوں جیسے پٹھان نسوار۔۔۔اور پھر میں ہوتا ہوں سٹیج اور سپیکر۔۔۔کوئی نہیں کہتا کہ میں اٹھارہ سال کا جوان ہوں یا ستر سال کا بوڑھا۔ ملک کے ایک معروف اور مشہور نعت خواں اپنے علاج کے سلسلے میں ملاقات کیلئے آئے جب ملاقات ہوئی تو اٹھتے ہوئے کہنے لگے کیا آپ کے پاس کوئی ایسا علاج ہے کہ جس سے گلا ہمیشہ بالکل فٹ رہے، آواز میں کھنک اور لچک سو فیصد برقرار رہے اور کبھی مجھے کھنکھارنا نہ پڑے یا کبھی یہ خدشہ نہ ہو کہ شاید میری آواز بیٹھ جائے گی۔ میں نے "ستر شفائیں" کی ڈبیہ اٹھا کر دے دی کہ آپ یہ استعمال کریں اور جب بھی آپ نے نعت خوانی کرنی ہو تو اسے بس منہ میں رکھ لیں۔ نعت خوانی کیلئے یا آواز کو اچھا کرنے کیلئے ایسے لوگ جن کا شعبہ آواز ہے، ان کیلئے "ستر شفائیں" سے بڑھ کر کوئی دوا میں نے مفید نہیں پائی۔ بلا مبالغہ ہزاروں بلکہ لاکھوں لوگ اس کو استعمال کر رہے ہیں۔ دوسرا فائدہ: ایک صاحب میرے پاس اپنے گلے کا مسئلہ لیکر آئے۔ گلے میں بہت زیادہ ورم، سوجن اور تکلیف تھی کسی نے ٹانسلز بتایا، ٹانسلز کا علاج بھی کر چکے تو کسی نے تھائیرائیڈ بتایا اب تھائیرائیڈ کیلئے مستقل علاج اور ادویات کھا رہے تھے۔ میں نے انہیں ایک ٹوٹکہ بتایا کہ آپ رات سوتے وقت "ستر شفائیں" بڑے چنے کے برابر جبڑوں کے درمیان رکھ کر سو جائیں، صبح اٹھیں تو جو بچی ہوئی ہو اسے نگل جائیں، بس صرف رات کو ایسا کریں۔ کہنے لگے: یہ کیسے ممکن ہے؟ میں نے کہا: میرے پاس کتنے ایسے واقعات ہیں کہ پان کے عادی دو دو پان رات کو منہ میں رکھ کر سوتے ہیں، اگر وہ پان نہ رکھیں تو انہیں نیند نہیں آتی۔ خیر انہوں نے میری بات مانی صرف کچھ ہی عرصے کے بعد تھائیرائیڈ، ٹانسلز، گلے کی سوجن، انفیکشن، آواز کا بیٹھنا سب ختم ہوگیا۔ آواز کے اتنے مریض میرے پاس آئے میں نے جس کو بھی یہ دوا دی اسے نہایت فائدہ ہوا اور حیرت انگیز رزلٹ ملے۔ پھیپھڑوں کے انفیکشن، گلے کا انفیکشن، سردیوں میں چیسٹ انفیکشن جتنا زیادہ ہو، سینہ جکڑا ہوا ہو، سانس کی خرابی سے منہ نہ بند ہوتا ہو یا دمہ اور الرجی کے مریض گندم کی کٹائی میں یا پھولوں کی پولن اور بہار کے موسم میں مایوس ہوگئے ہوں وہ جہاں دن میں "ستر شفائیں" استعمال کریں، وہاں رات کو صرف منہ میں رکھ کر سو جائیں، بس آپ دیکھیں گے کہ آپ کو اس کا کیا کمال ملتا ہے۔ تیسرا فائدہ: ایک صاحب میرے پاس آئے موصوف نسوار کے عادی تھے، روزانہ سو گرام نسوار ان کا معمول تھا۔ کہنے لگے زندگی بھر اس کا احساس نہیں ہوا لیکن مدینہ منورہ میں جب روضہ اطہر ﷺ پر گیا اور آقا ﷺ کی بارگاہ میں صلوٰۃ والسلام پڑھ رہا تھا تو اس کا احساس بہت شدت سے ہوا۔ کیا ممکن ہے کہ میں نسوار چھوڑ سکتا ہوں؟ تو میں نے کہا بالکل آپ سو فیصد نسوار چھوڑ سکتے ہیں۔ کہنے لگا: کیسے؟ میں نے کہا رات کو "ستر شفائیں" منہ میں رکھ لیں اور سارا دن جب بھی نسوار کی چاہت ہو اس وقت فوراً منہ میں نسوار کی جگہ "ستر شفائیں" رکھ لیں۔ انہوں نے ایسا کیا یقین جانیے! ان کو اتنا فائدہ ہوا! اکیس سال سے زائد عرصے میں آج تک وہ نسوار نہیں چھوڑ سکے لیکن یہ ٹوٹکہ ایسا کارگر ثابت ہوا کہ میں خود حیران ہوں۔ قارئین! صرف نسوار نہیں چرس، پان، سگریٹ، ہیروئن، شراب، گٹکا، شیشہ اور انوکھی انوکھی عجیب و غریب عادتیں اور نشہ جو انسان کیلئے چھوڑنا بظاہر ناممکن اور واقعی ناممکن لیکن کچھ عرصہ "ستر شفائیں" کے استعمال نے ایسا ممکن بنایا کہ ان کی عقل حیران اور خود مجھے کتنے لوگ ایسے ہیں جن کے گھر والے شکریہ ادا کرنے میرے پاس آئے۔

پھیپھڑوں کے انفیکشن، گلے کا انفیکشن، سردیوں میں چیسٹ انفیکشن جتنا زیادہ ہو، سینہ جکڑا ہوا ہو، سانس سے منہ بند ہوتا ہو یا دمہ اور الرجی کے مریض گندم کی کٹائی میں یا پھولوں کی پولن اور بہار کے موسم میں مایوس ہوگئے ہوں وہ جہاں دن میں ستر شفائیں استعمال کریں وہاں رات کو صرف منہ میں رکھ کر سو جائیں

گھٹنوں کا درد اور سوجن ختم: ایک مریضہ میرے پاس آئی اس کا دائیاں بازو کندھے سے بالکل سوجا ہوا تھا اور کافی پرانا مرض تھا اور درد اتنی شدید تھی کہ ہر قسم کی پین کلر اثر کرنا چھوڑ گئی تھی، جب وہ کراہتی ہوئی میرے پاس آئیں تو میں نے ان کو ہر گھنٹے کے بعد "ستر شفائیں" چنے کے برابر استعمال کرنے کا کہا۔ ابھی مجھے ان کے بھائی نے بتایا کہ ابھی پہلی ڈبی کی دو دن کی خوراک باقی ہے اور کندھے کی سوجن ختم ہو چکی ہے اور درد کی جو ٹیسیں اٹھتی تھیں وہ بھی ختم ہوگئیں ہیں۔ اس طرح کے اور بے شمار مریض جن کے گھٹنوں، جوڑوں، اعصاب کیلئے تمام ادویات ناکام ہوگئیں لیکن انہیں جب بھی یہی دوائی استعمال کرنے کو دی، کسی کو جلدی بدیر لیکن واقعتاً فائدہ ہوا اور ایسا فائدہ ہوا کہ خود عقل انسانی حیران۔ درد جوڑوں کا ہو یا پٹھوں کا، سوجن جسم کی کسی حصے کی ہو خواتین کے اندرونی مسائل کا بیرونی درد جہاں کہیں بھی ہو مستقل "ستر شفائیں" کا استعمال حیرت انگیز رزلٹ کا ذریعہ بنتا ہے۔ بہت سے لوگوں نے خفیہ طور پر لیبارٹریوں میں اس کا ٹیسٹ کرایا کہیں اس میں سٹرائیڈ یا ڈاکٹری دوائیں تو پسی ہوئی نہیں؟ پھر انہوں نے خود ہی وہ لیبارٹری رپورٹیں بھیجیں یہی لیبارٹری رپورٹیں ہم نے عبقری میں بھی شائع کی تھیں، خالص جڑی بوٹیاں اور ایسی جڑی بوٹیاں جو بالکل بے ضرر اور بے شرر لیکن رزلٹ لاجواب۔۔۔معدہ، گیس، تبخیر، پیٹ کا بڑھنا، جسم کا بڑھنا ان سب کیلئے اگر گھنٹے کے بعد استعمال کریں اور رات کو منہ میں رکھ کر سوئیں۔۔۔آپ چاہیں تو مقدار کم بھی کر سکتے ہیں، نہایت مؤثر، بہتر، لاجواب نسخہ اور ٹانک ہے۔ آپ استعمال کریں پھر کائنات کا نظام اور قدرت کا کرشمہ اور اس قدرت کی حیرت انگیز جڑی بوٹیوں میں تاثیر آپ کی عقل حیران ہو جائے گی۔ اسلام آباد کے ایک بہت بڑے مشہور ڈاکٹر اور بھی بے شمار حکیم اور ڈاکٹر حضرات گردوں کے مرض میں مبتلا ایسے مریض جن کے ڈائیلاسز ہونے والے ہوتے ہیں یا ہو رہے ہیں، ان سب کیلئے "ستر شفائیں" کا استعمال نہایت لاجواب ہے۔ گردے کے ایسے بے شمار مریض جو مایوسی کی آخری حد تک پہنچ چکے تھے، ان کیلئے بہت لاجواب نسخہ ہے چند ڈبیاں متواتر استعمال کریں اس کا انتہائی فائدہ ہوگا۔ ایسے بے شمار مریض (باقی صفحہ نمبر 25 پر)

دانتوں کی ترشی دور کرنے کیلئے: دانتوں کی ترشی دور کرنے کیلئے اورک ایک تولہ گھی میں بھون کر تین ماشہ نمک ملا کر دانتوں پر ملنا بے حد مفید ہوتا ہے۔

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں

اور آزمودہ یقینی علاج

مکمل پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ضرور بھیجیں، جواب میں جلدی نہ کریں

بتائیں میں کیا کروں؟

میں ایک لڑکے سے پیار کرتی ہوں وہ بھی مجھے بے حد چاہتا ہے ہم مر تو سکتے ہیں لیکن کسی صورت ایک دوسرے سے الگ نہیں ہو سکتے۔ ہم شادی کرنا چاہتے ہیں مگر ہمارے درمیان ایک رکاوٹ آڑے آرہی ہے اور وہ یہ ہے کہ میرے والدین نے اس لڑکے سے شادی کیلئے سرکاری ملازمت کی شرط رکھی ہے اور مجھے ان کی یہ شرط پوری ہوتی نظر نہیں آرہی۔ اب ہم صرف اسی صورت مل سکتے ہیں کہ ہم دونوں گھر سے بھاگ جائیں۔ اس مقصد کیلئے اس لڑکے کے دوست ہماری مدد کرنے کو تیار ہیں۔ اب میں سوچتی ہوں کہ میرے اس اقدام سے میرے والدین کو کن حالات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ میرے ابو ایک نہایت شریف انسان ہیں شاید وہ یہ صدمہ برداشت ہی نہ کر سکیں۔ اب آپ بتائیں ایک طرف میری فیملی ہے اور دوسری طرف میرا پیار ہے۔ میں کون سا راستہ اختیار کروں۔ (ک، ر۔ لاڑکانہ)

مشورہ: آپ خاصی سمجھدار ہیں اسی لیے آپ نے اپنے مسائل کا تجزیہ بھی بالکل درست کیا ہے جن باتوں کی آپ نے نشاندہی کی ہے وہ بالکل یقینی ہیں۔ گھر سے بھاگنے کی صورت میں سنگین حالات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ اس لیے اس خیال سے باز رہیں۔ البتہ آپ یہ ضرور کر سکتی ہیں کہ لڑکے سے کہیں کہ کسی اور اچھی جگہ ملازمت تلاش کرے۔ اس کے بعد آپ اپنے گھر والوں کو راضی کرنے کی کوشش کریں کہ وہ لڑکے کی سرکاری ملازمت کی شرط ختم کر کے آپ کا اس سے رشتہ طے کر دیں۔ اگر اس کے باوجود بھی آپ کے گھر والے راضی نہیں ہوتے تو پھر آپ کو اپنی اور والدین کی عزت کی خاطر اپنے پیار سے دستبردار ہونا پڑے گا۔

شاید۔۔۔!!! محبت کی کمی

میری عمر 52 سال ہے شادی شدہ اور پانچ بچوں کا باپ ہوں ملازمت اچھی ہے ایک سال میں تین مرتبہ پاکستان جاتا ہوں۔ فیس بک پر ایک بائیس سال کی لڑکی سے دوستی کر لی ہے۔ خود کو کم عمر ظاہر کیا ہے۔ وہ امریکہ میں رہتی ہے۔ مجھے اس سے دلی محبت ہو گئی ہے۔ اس کی تصویر ہر وقت میرے خیالوں میں گھومتی رہتی ہے۔ سال میں دو ماہ کیلئے بیوی بچے یہاں آجاتے ہیں یہ لوگ یہاں یا اپنے ملک میں مجھے ہر وقت اس لڑکی کا خیال آتا ہے۔ گھنٹوں اس کی آواز سننا چاہتا ہوں۔ میں نے اسے بڑی رقم بھی بھیجی مگر اس کے بعد سے اس نے خاموشی اختیار کر لی۔ نہ بات کرتی ہے نہ میرا فون ریسیو کرتی ہے۔ میرا ارادہ اس سے شادی کرنے کا تھا مگر اس نے انکار کر دیا۔ مجھے اپنی بیوی سے کوئی شکایت نہیں مگر محبت کی کمی بھی ہے۔ (ش، دبئی)

مشورہ: ایک عورت نے آپ کے ساتھ زندگی گزاری۔ آپ کی غیر موجودگی میں بچوں کے ساتھ مسائل برداشت کیے کوئی شکایت کا موقع نہیں دیا۔ پھر بھی محبت میں کمی ہے تو یہ شاید ہی دور ہو سکے۔ جو محبت آپ حاصل کرنے جا رہے تھے اس کی بنیاد جھوٹ پر تھی۔ کم عمر ظاہر کرنے سے کوئی فرق نہیں پڑا۔ دھوکہ تو وہ دے گئی۔ آپ کو چاہیے جو محبت حاصل ہے اس کی قدر کریں۔

کچھ مجبوریاں۔۔۔!!!

میری کچھ مجبوریاں ہیں جن کی وجہ سے ملازمت کرنی پڑ رہی ہے۔ اب ایک بڑی عمر کا آدمی مجھے بہت تنگ کرتا ہے۔ میں غصے سے دیکھتی ہوں تو وہ ڈر جاتا ہے۔ میں نے اپنی دوست کو بتایا وہ کہتی ہے اسے خود سبق سکھا دو۔ میں سوچتی ہوں اپنے بھائیوں کو بتاؤں وہ آکر اسے ٹھیک کر دیں گے لیکن میں چاہتی ہوں کوئی جھگڑا کیے بغیر اس مسئلے کو حل کراؤں۔ (ر، کراچی)

مشورہ: مجبوری میں ملازمت کرنا آپ کا حق ہے۔ ایک حقیقت یہ بھی ہے کہ کوئی بھی مرد کسی لڑکی کی شخصی کمزوری جانے بغیر اسے تنگ نہیں کر سکتا۔ آپ کی شخصیت سے بھی اعتماد اور استحکام ظاہر نہیں ہوا ہوگا۔ جب خواتین کہیں کام کریں تو اپنے صنف نازک ہونے کا احساس نہیں کرنا چاہیے۔ دفتر کے معاملات میں اہل خانہ کی مداخلت مناسب نہیں ہوتی۔ بہتر تو یہی ہے کہ اپنے رویئے سے اسے روکیں لیکن مسئلہ زیادہ ہو تو کسی بھی بااختیار فرد سے شکایت کریں۔ ان میں منیجر یا متعلقہ افسر ہو سکتے ہیں۔

سخت مزاج والد

میری کلاس کے ایک لڑکے نے مجھ سے بدتمیزی کی۔ میں نے اسے تھپڑ مارا تو اس نے بھی مجھے مارا۔ پھر میری آٹھ دوست آگئیں اور ہم سب نے مل لڑکے کی پٹائی کر دی۔ اس کی شرٹ پھاڑ دی۔ ایک لڑکی نے تو اس کی ٹائی سے اس کا گلا باندھ دیا۔ اب یہ شکایت پرنسپل کے پاس پہنچ چکی ہے۔ انہوں نے ہمارے والدین کو بلوایا ہے۔ میں نے لڑکے سے معافی بھی مانگ لی ہے مگر بات ختم نہیں ہوئی۔ میں ڈر رہی ہوں کیونکہ میرے والد بہت ہی سخت مزاج ہیں۔ (غ، لاہور)

مشورہ: جن اداروں میں لڑکے اور لڑکیاں ساتھ پڑھتے ہیں وہاں ایک دوسرے کا احترام بھی ہوتا ہے۔ بات بھی کرتے ہیں اور پڑھنے کے حوالے سے ایک دوسرے کے کام بھی آتے ہیں۔ بہت چھوٹے بچے بھی ایک دوسرے کو اس طرح نہیں مارتے ہوں گے۔ خاص طور پر تعلیمی اداروں میں مار پیٹ تو قابل مذمت ہے۔ آپ نے لڑکے سے بدلہ بہت زیادہ لے لیا اس قدر کہ ظلم ہو گیا۔ خاص طور پر ٹائی سے گلا باندھنے والی بات تو بہت ہی غلط ہے۔ اب تو آپ سب لڑکیوں کو اپنی اصلاح کیلئے پرنسپل اور والدین کا فیصلہ قبول کرنا چاہیے۔

(بقیہ: ستر شفائیں کے کمالات)

ملے جنہوں نے دل کے بند والو کے لیے اسے استعمال کیا حالانکہ اس سے قبل امراض قلب میں ایک ماہرین نے انہیں بائی پاس کیلئے بالکل تیار کر لیا تھا۔ انہوں نے چند دنوں یہاں ستر شفائیں استعمال کیں اور دل کے والو کھل گئے۔ سانس کا پھولنا ختم، دل کی کمزوری ختم، جسم کی نڈھالی ختم اور ایسی حیرت انگیز تاثیر کہ آپ گمان نہیں کر سکتے۔ رمضان المبارک میں روزہ داروں کیلئے تو ستر شفائیں ایسے ہے جیسے بچپن میں بچے کا فیڈر یا بڑھاپے میں بوڑھے کی لاٹھی۔ کتنے روزے دار ایسے جنہوں نے سحری کے بعد ستر شفائیں چنے کے برابر لی سارا دن جسم میں تقویت رہی افطاری کے بعد ایک بڑے چنے کے برابر کھانا ٹھیک ہضم ہوا گیس، تبخیر، اپھارہ بالکل نہیں اور پیاس کی شدت ختم ہو جاتی ہے۔ تراویح پڑھیں کوئی تھکن محسوس نہیں ہوئی۔ ایک حافظ قرآن کہنے لگے میں جب بھی مصلے پڑھانے کیلئے کھڑا ہوتا ہوں اس سے پہلے یعنی افطار کے وقت منہ میں ستر شفائیں رکھ لیتا ہوں اور مصلے پڑھانے سے پہلے وہ ختم ہو جاتی ہے تراویح کے دوران مجھے کوئی تھکن محسوس نہیں ہوتی اور نہ میرا گلا تکلیف دیتا ہے اور نہ کمزوری اور جس طرح اگر رمضان میں سوتے منہ میں ستر شفائیں رکھ کر سوئیں آپ کے تیس روزے ایسے ہشاش بشاش ہوں گے آپ گمان نہیں کر سکتے ہیں۔ رمضان المبارک کے بعد اگر کمزوری ہو گئی ہو تو مسلسل ستر شفائیں کا استعمال چند دنوں میں اس کمزوری کو ختم کر دیتا ہے۔ ایسے افراد جو خاص مردانہ کمزوری میں مبتلا تھے جب انہوں نے ستر شفائیں مستقل استعمال کیں تو ایسے رزلٹ دیئے جو شاید میں اس وقت قلم سے نہ لکھ سکوں بس اشارہ کافی ہے۔

نبی کریمؐ نے خواب میں بتایا اولاد نرینہ کا وظیفہ

اس عمل کی برکت سے اللہ نے اپنا فضل کیا اور حضور نبی کریم ﷺ کا پیغام مجھے خواب میں ملا جو ان کی تمام امت کیلئے ہے اور اب میں یہ پیغام بھی تمام ایسے لوگوں تک پہنچاتی ہوں جسے اس کی ضرورت ہے اور اب میں یہ پیغام عبقری کے ذریعے تمام اہل اسلام کو دینا چاہتی ہوں

(بہن زہرہ، چکوال)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری کے قارئین کیلئے اولاد نرینہ کیلئے خاص وظائف بھیج رہی ہوں۔ مجھے یقین ہے کہ قارئین ان سے بھرپور استفادہ حاصل کریں گے۔ یہ وظائف عورت حمل سے پہلے شروع کرے۔ مجھے اللہ نے پانچ بیٹیوں کے بعد دو بیٹے عطا کیے ہیں۔ ایسی خواتین جن کے ہاں صرف بیٹیاں ہی پیدا ہوتی ہیں یا جن کی اولاد ہی نہ ہو سب ان وظائف کو کریں اور اولاد نرینہ حاصل کریں۔

1۔ سورۃ محمد روزانہ پڑھیں مراد کے حصول تک۔

2۔ ہر فرض نماز کے بعد ایک تسبیح یَامُبْدِئُ (پیدائش کی ابتدا کرنے والا)

3۔ ہر فرض نماز کے بعد ایک تسبیح یَاوَارِثُ پڑھیں۔

4۔ ہر فرض نماز کے بعد ایک تسبیح یَااَوَّلُ پڑھیں۔ یہ اعمال مراد کے حصول تک پڑھیں۔

5۔ ایک مشہور عالم دین کی کتاب میں سے درج ذیل وظیفہ کیا اور نتائج سو فیصد حاصل ہوئے۔

عورت پانچ وقت کی نماز کی پابندی کرے ہر فرض نماز کے بعد شہادت کی انگلی سے ناف پر ''محمد'' لکھے اور ﷺ پڑھے۔ ہر فرض نماز کے بعد سات مرتبہ لکھنا ہے اور منہ سے درود پڑھنا ہے۔

6۔ بزرگان دین فرماتے ہیں کہ جو کوئی مغرب کی نماز کے بعد دو نفل جس مہم کیلئے پڑھے گا وہ ضرور کامیاب ہوگا۔ بعد نماز مغرب دو رکعت نماز صلوٰۃ الحاجت پڑھیں ہر رکعت میں تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھیں، سلام کے بعد تین مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں اور اس کا ثواب نبی پاک ﷺ اور ان کے اہل بیت حضرت فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا، حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت امام حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ، حضرت امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی ارواح پاک کو پہنچائیں اور ان عظیم ہستیوں کے طفیل اور وسیلے سے اولاد نرینہ کے لیے دعا کریں۔ مراد کے حصول تک۔

7۔ عورت لگاتار سات روزے رکھے اور افطار کے وقت پانی پر ''یَاخَالِقُ یَابَارِئُ یَامُصَوِّرُ'' اکیس مرتبہ پڑھ کر پھونکیں۔ افطار میں سب سے پہلے ایک کھجور کھائیں سنت نبوی ﷺ پر عمل کی نیت سے اس کے بعد دم کیا ہوا پانی پی لیں۔ انشاء اللہ اسی مہینے حمل ہوگا۔ میں نے اپنے تمام ملنے والوں کو یہ وظائف بتائے نتائج سو فیصد رہے۔

8۔ پہلے تو مجھے شیطان نے بہکانا شروع کیا کہ یہ تکبر تو نہیں کہ میں سب کو اولاد نرینہ کا بتا رہی ہوں یہ پڑھو تو اولاد نرینہ ہوگی۔ دو تین دن پریشانی میں گزرے اللہ نے خود رہنمائی فرمائی کہ یہ تو صدقہ جاریہ ہے ایک علم ہے، علم لوگوں تک پہنچانا صدقہ جاریہ ہے۔ اس عمل کی برکت سے اللہ نے اپنا فضل کیا اور حضور نبی کریم ﷺ کا پیغام مجھے خواب میں ملا جو ان کی تمام امت کیلئے ہے اور اب میں یہ پیغام بھی تمام ایسے لوگوں تک پہنچاتی ہوں جسے اس کی ضرورت ہے اور اب میں یہ پیغام عبقری کے ذریعے تمام اہل اسلام کو دینا چاہتی ہوں۔ میں نے خواب میں لکھا ہوا دیکھا اور دو مرتبہ کسی نے پڑھ کر سنایا۔ آنحضرت ﷺ نے فرمایا ہے جو کوئی یَامَالِکُ پڑھے۔ اللہ تعالیٰ اسے دوسرا بیٹا دے گا۔ الحمدللہ! میں نے یامالک حمل سے پہلے پڑھنا شروع کیا اور آج میرے دو بیٹے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے مجھے دوسرے بیٹے سے نوازا۔ اور اب میں یہ وظیفہ ان سب کو بتاتی ہوں جن کا ایک بیٹا ہے۔ براہ کرم نبی پاک ﷺ کا یہ پیغام جو ان کی ساری امت کیلئے ہے سب کو پہنچائیں۔

پتھری ڈائیلاسز کے غدود لا علاج نہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پتے میں پتھریاں تھیں، کچھ کھانے سے پیٹ پھول جاتا، میں نے دفتر عبقری سے پتھری ڈائیلاسز کورس منگوایا، چار ماہ کے مسلسل استعمال کے بعد جب میں نے چیک اپ کروایا تو مرض میں 80% افاقہ ہوگیا، پیٹ جو پھولا ہوا تھا وہ بھی ختم ہوگیا ہے۔ درد میں بھی مکمل افاقہ ہے۔ (س، ط۔ کراچی)

گھریلو مسائل کا انسائیکلو پیڈیا

ہر نقصان دہ چیز گھر کی حفاظت

بخاری شریف میں ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ سورۂ فاتحہ کے پڑھنے سے سوائے موت کے کوئی آفت نہیں آسکتی تو میں نے اسے آزمایا وہ اس طرح کہ میرے گھر کے ایک کمرے کا فرش کچا تھا وہاں سے بچھو بہت زیادہ نکلتے تھے۔ اس کیلئے میں بہت زیادہ پریشان تھی لہٰذا میں نے آپ ﷺ کی حدیث پر عمل کیا اور رات کو سوتے وقت تین دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر چاروں طرف پھونک مار کر سوتی تھی۔ آپ یقین کریں کہ مجھے اس کے بعد اپنے گھر میں کوئی بچھو نظر نہیں آیا۔ اگر شروع میں کوئی بچھو نظر آیا بھی تو اس کی حالت ایسی ہوتی تھی جیسے اسے کسی نے مار مار کر ادھ موا کردیا ہو۔ میں پیشے کے لحاظ سے L.H.V ہوں جب کبھی میں محسوس کرتی ہوں کہ کوئی مشکل کیس ہے اور اس کیلئے کوئی فیصلہ کرنے کیلئے میں یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِیْثُ پڑھتی ہوں اور میں بڑے آرام سے فیصلہ کرلیتی ہوں کہ یہ کیس نارمل کرنا چاہیے یا آپریشن کرانا چاہیے۔ ایک مرتبہ میں صبح کو اٹھی تو دروازہ کھلا تھا پھر یاد آیا کہ رات کو دروازہ بند کرنا بھول گئی تھی ساری رات دروازہ کھلا رہا یہاں تک کہ کوئی کتا بلی بھی گھر میں داخل نہیں ہوئی۔ یہ صرف اللہ تعالیٰ کے کلام پاک آیۃ الکرسی کی برکت تھی۔

پنیر ڈوڈا سے شوگر کا خاتمہ

میں خود شوگر کا مریض ہوں، میری شوگر لیول 260 سے لیکر 366 تک گیا میں انگریزی گولیاں کھاتا رہا مگر افاقہ نہیں ہوا میرے ہمسائے نے مجھے بتایا کہ آپ پنیر ڈوڈہ جو ہاف وائٹ رنگ اور بیر کی طرح گول ہوتا ہے رات پانی میں دس دانے بھگودیں صبح نہار منہ پی لیں میں نے اسی طرح استعمال کیا تو میری شوگر کنٹرول ہوگئی، یہ نسخہ میں قارئین کی خدمت میں پیش کررہا ہوں اپنی پرخلوص دعاؤں میں مجھے بھی یاد رکھیں۔

ھوالشافی: پنیر ڈوڈا پنساری کی دکان سے مل جاتا ہے اور 30 یا 40 روپے پاؤ ہے۔ رات کو بھگودیں صبح نہار منہ پانی پی لیں دوسرے دن پھر تازہ پانی بنائیں۔ (جلد نمبر 6)

بچوں کا صفحہ

پیارے بچو! اپنے گھروں کو جنات سے بچائیں

معظم یعقوب، لاہور

اس بدبودار شخص نے عجیب و غریب منتر پڑھنا شروع کر دیئے اور آخر کار عبداللہ کو ایک موٹا سا تعویذ دے دیا کہ اس کے گلے میں ڈال دو ٹھیک ہو جائے گا۔ پانچ دن کچھ بہتر گزرے ہوں گے مگر چھٹے دن اس کی طبیعت پھر سے خراب ہوئی'

وہ مجھے ڈرا رہا ہے' وہ بہت زیادہ ڈراؤنا ہے...... ام عبداللہ نے فوری اس کی آنکھوں پر ہاتھ رکھ لیا اور خود بھی ہلکا ہلکا ڈرنے لگ گئیں...... اسی اثناء میں ابوعبداللہ بھی آ گئے۔ نیند کی وجہ سے انہیں کچھ سمجھ نہیں آ رہی تھی' عبداللہ ابھی تک رو رہا تھا' کچھ لمحات بعد ام عبداللہ نے اسے الگ کیا اور کہا کہ آنکھیں کھول لو اب وہ نہیں ہے۔ اس نے جیسے ہی آنکھیں کھولیں تو پھر روتے ہوئے بند کر لیں' اور زور زور سے کہنے لگا کہ ابو جان وہ بالکل آپ کے ساتھ بیٹھا ہے اب ابوعبداللہ بھی سنجیدہ ہو گئے کہ مسئلہ واقعی زیادہ ہے......!!

ام عبداللہ اپنے بچے کی حالت دیکھ کر جذباتی ہو رہی تھیں۔ غصے میں کہنے لگیں ادھر جو بھی ہے دفعہ ہو جائے' چلا جائے' میں اسے مار دوں گی اگر میرے عبداللہ کو ذرا سا بھی کچھ ہوا تو!! اب عبداللہ بالکل آنکھیں نہیں کھول رہا تھا' اسے کافی پیار سے سارے گھر والے سمجھا رہے تھے۔ آخر تھوڑی دیر بعد وہ اسی حالت میں سو گیا۔ عبداللہ کے والدین ساری رات جاگتے رہے' مجھے نہیں پتہ کچھ کریں عبداللہ کا۔ اسے کچھ ہو گیا تو میں بھی زندہ نہیں رہوں گی۔ ام عبداللہ رو رو کر ہلکان ہو رہی تھیں۔ اچھا! خاموش ہو جاؤ، سب ٹھیک ہو جائے گا۔ صبح ڈاکٹر کے پاس دوبارہ جاتے ہیں۔ مجھے لگتا ہے اسے کوئی خواب آتا ہے اور وہ جسے خواب میں دیکھتا ہے اس کے ذہن میں اٹھنے کے بعد وہی موجود ہوتا ہے' لگتا ہے کہ یہ کوئی ڈراؤنے کارٹون دیکھتا ہے یا کوئی ایسی چیز ٹی وی پر دیکھتا ہے جو رات کو خواب میں ڈرتا ہے، ابوعبداللہ بولے۔

نہیں جانا کسی ڈاکٹر کے پاس میں نے' ماہر ڈاکٹر بھی اس کا مسئلہ نہیں پتہ چلا سکتا اور ڈاکٹر کیا پتہ چلائیں۔ میں نہیں جانتی میں صبح ساتھ والی ہمسائی کے گھر جاؤں گی اور اسے سارا مسئلہ بتاؤں گی...... ام عبداللہ بولیں......!!

صبح ہوتے ہی ام عبداللہ ہمسائیوں کے گھر گئی، وہاں انہوں نے ہمسائی کو سارا ماجرا کہہ سنایا۔ اس ہمسائی نے فوری کہا کہ تم پہلے آ جاتی تو یہ مسئلہ بڑی آسانی سے حل ہو سکتا تھا۔ اچھی بات ہے کہ اب بھی تم آ گئی ہو۔ تمہیں میں لے کر جاتی ہوں، ساتھ والے محلے میں ایک باباجی بیٹھتے ہیں وہ اس طرح کے سارے مسئلے حل کر دیتے ہیں۔ تم کل عبداللہ کے ساتھ آ جانا، سارے مسئلے کا حل نکل آئے گا، پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے!! عبداللہ سکول سے گھر آیا تو ام عبداللہ نے پکا ارادہ بنا لیا تھا کہ آج اس سے ضرور پوچھوں گی کہ تمہیں کون نظر آتا ہے۔ عبداللہ بیٹا! کون ہے جو تمہیں رات کو نظر آتا ہے اس کی شکل کس طرح ہے اور وہ کیا کہتا ہے؟ امی جان! اس کی شکل بہت خوفناک ہے' اس کا پورا جسم کالا سیاہ ہے' اور...... اور...... یہاں تک کہہ کر عبداللہ رک گیا...... اور ادھر ادھر دیکھنے لگا...... بولو بیٹا بولو وہ تمہیں کیا کہتا ہے......؟؟

وہ مجھے چہرے پر مارتا ہے' مجھے درد ہوتا ہے' اس لئے میں چھپ جاتا ہوں' پھر وہ ہنسنے لگ جاتا ہے' عبداللہ کھانا کھاتے ہوئے بول رہا تھا' اچانک عبداللہ سامنے والے دروازے کو دیکھنے لگا' اس نے اپنے سامنے پڑا گلاس اٹھایا اور زور سے دروازے پر دے مارا اور تیزی سے دروازے کی طرف بھاگا' ام عبداللہ بھی اس کے پیچھے اسے پکڑنے بھاگیں...... مگر وہ اتنی تیزی سے دروازہ کھول کے بھاگا کہ وہ اسے پکڑ نہ سکیں۔ وہ باہر کا دروازہ کھولنے کے بعد گلی میں غائب ہو چکا تھا۔ ام عبداللہ حواس باختہ ہو کر گیٹ کی طرف بھاگیں' مگر یہ کیا' دروازہ باہر سے بند تھا' وہ پاگلوں کی طرح دروازے کو پیٹ رہی تھیں اور اسے آوازیں دے رہی تھیں۔ اسی اثناء میں دروازہ کھلا تو ابوعبداللہ سامنے کھڑے تھے۔ انہوں نے ام عبداللہ کو ایسی حالت میں دیکھا۔ وہ چلا رہی تھیں میرا عبداللہ! میرا عبداللہ اور باہر کی طرف بھاگ رہی تھیں' ابوعبداللہ انہیں سنبھال رہے تھے۔ عبداللہ بھاگ گیا ہے باہر...... جب ام عبداللہ نے یہ کہا تو وہ بھی الٹے پاؤں باہر بھاگے......! بالکل ساتھ والے پارک میں عبداللہ بڑے پرسکون انداز میں ایک بنچ پر بیٹھا ہوا تھا۔ ام عبداللہ نے جاتے ہی اسے سینے سے لگا لیا۔ عبداللہ کچھ ہوا تو نہیں تمہیں۔ نہیں امی جان کچھ نہیں ہوا۔ پھر باہر کیوں بھاگے تھے' اب عبداللہ کے ذہن میں آیا کہ وہ تو گھر میں تھا اور اب باہر بیٹھا ہوا ہے۔ وہ اپنی امی کو گھورنے لگا اور غور غور سے دیکھنے لگا ہاں امی جان! وہ کھانے کے وقت دوبارہ آ گیا تھا میں نے اسے گلاس مارا تھا پھر اس نے میرا سامان پکڑ لیا اور باہر بھاگا میں بھی اس سے سامان لینے کیلئے اس کے پیچھے بھاگا' میرا سامان کدھر ہے؟ چلو گھر چلتے ہیں' سب کچھ ادھر ہی پڑا ہوا ہے' ابوعبداللہ بولے۔ اگلے دن ام عبداللہ اسے لے کر ہمسائی کے ساتھ دوسرے محلے میں باباجی کے پاس چلی گئیں۔ وہ باباجی کے کمرے میں داخل ہوتی ہی ٹھٹھک گئیں' ایک آدمی جس کے چہرے پر داڑھی نہ تھی سامنے بیٹھا ہوا تھا۔ ایک بہت لمبی سی تسبیح ہاتھ میں پکڑی ہوئی تھی۔

اس بدبودار شخص نے عجیب و غریب منتر پڑھنا شروع کر دیئے اور آخر کار عبداللہ کو ایک موٹا سا تعویذ دے دیا کہ اس کے گلے میں ڈال دو ٹھیک ہو جائے گا۔ پانچ دن کچھ بہتر گزرے ہوں گے مگر چھٹے دن اس کی طبیعت پھر سے خراب ہوئی' اب اس کی طبیعت ایسی خراب ہو گئی کہ چڑچڑا پن اور بدتمیزی جیسی عادات بہت تیزی سے نمایاں ہوتی جا رہی تھیں اور رات کو اسی طرح اچانک ڈرنا شروع ہو جاتا اب تو اس کے چہرے پر نشانات بھی پڑنا شروع ہو گئے تھے' جیسے اسے کسی نے مارا ہو۔ ایک دن تو ام عبداللہ کو شدید جھٹکا لگا کہ جب عبداللہ نے کہا کہ امی! تمہیں پتہ نہیں کہ میرے کھانے کا وقت ہو گیا ہے اور کھانا تیار نہیں ہوا' اس نے آج تک اپنی امی کو "تمہیں" کہہ کر مخاطب نہیں کیا تھا' یہ لفظ سننے کے بعد تو گویا ایک لاوا تھا جو ام عبداللہ کے سینے میں تھا...... وہ پھوٹ پھوٹ کر رو پڑیں۔ ام عبداللہ اندر سے ٹوٹ چکی تھیں' وہ دن بدن کمزور ہوتی جا رہی تھیں' یہی حالت ابوعبداللہ کی بھی تھی...... اب عبداللہ نے سکول جانا بھی چھوڑ دیا تھا......

ایک دن ام عبداللہ سے کسی خاتون نے آ کر پوچھا کہ کیا آپ نے ابھی اللہ سے دعا کی ہے اور خود صبح و شام اذکار کرتی ہیں؟ یہ سوال ایسا تھا جس نے ام عبداللہ کو اندر سے جھنجھوڑ دیا......!! اس خاتون نے جب پوچھا کہ گھر میں عبادات کا معمول کیا ہے...... تو ام عبداللہ گویا ہوئیں جس کا دل کرتا ہے نمازیں پڑھ لیتا ہے...... ٹی وی پر ڈرامے ہر وقت چلتے رہتے ہیں...... قرآن سے تو بہت دوری ہے۔ یہ سنتے ہی اس خاتون نے ام عبداللہ کو کہا کہ سارا قصور آپ لوگوں کا ہے۔ کاش! آپ شروع دن سے ہی رب کریم کے سامنے جھک جاتے' اللہ سے دعا کرتے اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے جو مسنون اذکار بتائے ہیں وہ کرتے تو آج یہ ننھا سا...... پیارا سا' عبداللہ اس حالت میں نہ ہوتا...... ام عبداللہ انتہائی محو ہو کر اس کی باتیں سن رہی تھیں۔ شام کو جب سارے سو چکے تو وہ ابوعبداللہ کے پاس گئیں اور انہیں خاتون والی ساری باتیں بتائیں۔ ابوعبداللہ جو کافی دنوں سے اپنے آپ پر ضبط کئے بیٹھے تھے...... بچوں کی طرح رو پڑے...... کافی دیر تک رونے کے بعد وہ نارمل ہوئے اور کھڑے ہو گئے......!!

میں جا رہا ہوں...... وہ بولے...... مگر کہاں، اس وقت پچھلی رات کو آپ کہاں جائیں گے...... میں آج اس ذات کے سامنے جا رہا ہوں کہ جس نے مجھے عبداللہ دیا...... اور پھر عبداللہ کو آزمائش میں (باقی صفحہ نمبر 34 پر)

بے حد طاقت کیلئے: گاجر کا جوس ایک گلاس ہمراہ چند گری بادام ہر صبح پیا جائے تو بے حد طاقت دیتا ہے۔ اگر سردی زیادہ ہو تو تھوڑا گرم کر کے پیا جائے۔

درخت اکھڑوانے پر جنات نے چچا کو قتل کر دیا

(ک۔ج)

وہاں میری بیوی نے ٹھیک کیا ہونا تھا وہاں تو جنات نے میری ناک میں دم کر دیا' دفتر سے گھر آتا تو ہر چیز الٹی ہوتی' گھر کا تہس نہس ہوا ہوتا' میں رات کو سوتا تو مجھے بستر سمیت اٹھا کر زمین پر پٹخ دیتے۔ ہر وقت ٹینشن' ڈیپریشن' پریشان' نوکری میں مسائل پیدا ہونا شروع ہو گئے۔ مگر۔۔۔!!!

میں گورنمنٹ ملازم ہوں' دو سال کا تھا والد صاحب دنیا فانی سے کوچ کر گئے' والدہ صاحبہ کا نکاح دادا جی نے چچا سے کر دیا' چچا نے مجھے کبھی والد کی کمی محسوس نہیں ہونے دی' چند سال پہلے میری شادی ماموں زاد سے ہوئی جس کی پہلے دو تین جگہ سے منگنی ٹوٹ چکی تھی' جب میری منگنی ہوئی تو مجھے طرح طرح کی تکلیفیں شروع ہو گئیں ایک دن میں بیڈ پر سویا ہوا تھا تو جیسے کسی نے مجھے اٹھا کر زمین پر پٹخ دیا ہو اسی دوران گھر پر فون آیا کہ آج تمہاری منگیتر کو کچھ ہو گیا تھا اس کو ڈاکٹر کے پاس لے کر گئے ہیں' ہمیں کئی لوگوں نے بتایا کہ لڑکی پر جنات ہیں تم یہاں رشتہ نہ کرو' میں نے کہا یہ ایسے باتیں ہیں' بیمار تو ہر انسان ہو سکتا ہے' آخر میری شادی بڑی دھوم دھام سے ہو گئی۔ حکیم صاحب سچ کہتے ہیں کہ شادی کی جگہ سادی کریں گے تو وہ بہت کامیاب رہے گی' اب تو میں سب کو یہی مشورہ دیتا ہوں' مہندی' شادی کے دوران بھی میری بیوی کو کئی بار دورہ پڑا تو یہی کہا گیا کہ ماں باپ سے جدا ہونے کا صدمہ وغیرہ۔۔ پہلی رات بھی میں نے کچھ عجیب عجیب باتیں محسوس کیں۔ جیسے وہ زبردستی خوش ہونے کی کوشش کر رہی ہے۔ دس بارہ روز بعد پھر اسے پہلے والی تکلیفیں شروع ہو گئیں' کبھی ڈاکٹر' کبھی پیروں فقیروں کے چکر شروع ہو گئے۔ میری کوئی بھی چھٹی سکون سے نہ گزرتی' جب سے شادی ہوئی گھر میں ٹوٹ پھوٹ' لڑائی جھگڑے' بے برکتی پیدا ہونا شروع ہو گئی۔ کوئی بھی میری بیوی کے مزاج کے خلاف بات کرتا تو بہت شدید نقصان اٹھاتا۔ ایک دن پاؤں میں شدید درد ہوا' بظاہر کوئی چوٹ وغیرہ یا رپورٹ میں کچھ نہ آیا' گھر گیا تو بیوی بڑے عجیب لہجے میں بولی" سناؤ پاؤں کا" میں ایک دم ڈر گیا' کہنے لگا مجھ سے معافی مانگو میں نے معافی مانگی تو میرا پاؤں فوراً ٹھیک ہو گیا۔ اس کے بعد تو جنات براہ راست ہم سے بات کرتے اور کہتے کہ اس لڑکی کو طلاق دے دو' ہم نے کہا تم ان کے والدین سے کہتے کہ اس کا نکاح مت کرو اب تو ہم نکاح میں بندھ گئے ہیں۔ کہتے کہ ہمارا بھی اس سے نکاح ہو چکا ہے' اس کو آزاد کر دو ورنہ بہت نقصان اٹھاؤ گے۔ تب ہمیں یقین آیا کہ واقعی جنات کسی انسان پر بھی آ سکتے ہیں اور انسانوں سے باتیں بھی کر سکتے ہیں؟ جنات نے ہمارا جینا دن بدن دوبھر کر دیا۔ چونکہ میری پوسٹنگ دوسرے شہر میں تھی اور میں ہفتے میں صرف ایک دن گھر آتا تھا۔ پھر میرے انکل نے مجھے ایک دن کہا کہ تم اپنی بیوی کو لے کر دوسرے شہر میں چلے جاؤ شاید وہاں یہ کچھ ٹھیک ہو جائے۔ میں نے کرایہ پر مکان لیا اور اپنی بیوی کو لے کر وہاں شفٹ ہو گیا۔ وہاں میری بیوی نے ٹھیک کیا ہونا تھا وہاں تو جنات نے میری ناک میں دم کر دیا' دفتر سے گھر آتا تو ہر چیز الٹی ہوتی' گھر کا تہس نہس ہوا ہوتا' میں رات کو سوتا تو مجھے بستر سمیت اٹھا کر زمین پر پٹخ دیتے۔ ہر وقت ٹینشن' ڈیپریشن' پریشان' نوکری میں مسائل پیدا ہونا شروع ہو گئے۔ مگر۔۔۔!!! میں نے بھی پکا فیصلہ کر لیا کہ اب ان جنات کی بات نہیں ماننی۔ ان سے جو ہو سکتا ہے کر لیں۔ میں اب ہر وقت باوضو رہتا ہوں اور آیۃ الکرسی کا ورد کرتا رہتا ہوں جس کی وجہ سے جنات میری بیوی پر تو آتے مگر مجھے کچھ نقصان نہیں پہنچاتے۔ میرے سسرال کے گھر بیری کا درخت تھا میرے انکل نے وہ اکھڑوا دیا بس اُس دن کے بعد سے وہ جنات میرے انکل کے سخت خلاف ہو گئے۔

میرے انکل کی حالت دن بدن خراب ہونا شروع ہو گئی اور چند ہی دنوں بعد ان کی وفات ہو گئی۔ تو جنات کی حاضری میری بیوی پر ہو گئی اور جنات کہنے لگے ہم نے کہا تھا اس کو چھوڑ دو' تم لوگ ایسا نہیں کر رہے' تم لوگوں نے ہمارے کئی لوگ جلا دیئے ہیں اب ہم بھی تمہارے بچے بچے پر آئیں گے تباہ و برباد کر کے رکھ دیں گے۔ میرے بھتیجے بھتیجیاں بیمار ہو گئے' میری بھابی اور بھائی بیمار ہو گئے۔ میرے رشتہ دار حتیٰ کہ ہمسائے تک بیمار ہو گئے۔ پھر میں نے ہمت کر کے جنات کی بات مان لی اور کچھ دنوں کیلئے بیوی کو میکے بھیج دیا اور خوب اعمال کیے' گھر میں پہلے کوئی نماز نہیں پڑھتا تھا' میں بھی صرف جمعہ کی نماز پڑھتا تھا مگر ان واقعات کے بعد الحمدللہ اب ہمارے گھر میں سب نمازی ہیں اور ہر روز تلاوت قرآن ہوتی ہے۔ اب آہستہ آہستہ سب کچھ ٹھیک ہو گیا ہے اور جنات نے میری جان چھوڑ دی ہے۔

حضرت جنید علیہ الرحمۃ اللہ بغدادی اور شیطان

آپ جب احساس ہوا کہ شیطان سامنے کھڑا ہے تو فوراً غصے اور درشتی سے بولے۔ ملعون تجھے آدم علیہ السلام کو سجدہ کرنے سے کس چیز نے روکا تھا؟

(بنت جمشید چغتائی)

ایک مرتبہ حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ کو خواہش محسوس ہوئی کہ کاش وہ شیطان مردود کو دیکھ سکتا؟ اور اس سے دریافت کرتے اے ملعون تجھے آخر کس چیز نے روکا تھا کہ تو آدم علیہ السلام کو سجدہ کرنے سے باز رہا اور زبردست فتنہ و فساد کو منبع بنا ہے؟ ایک دن آپ رحمۃ اللہ علیہ مسجد سے باہر نکل رہے تھے کہ دیکھا ایک شریف صورت بزرگ عصاء کے سہارے آہستہ آہستہ چلتا ہوا ان کی طرف آ رہا ہے۔ جب وہ قریب پہنچا تو آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس کی پیشانی پر بزرگی کی علامتیں تو محسوس کی مگر دل میں اس کی قربت سے وحشت زدہ ہوا جا رہا تھا۔ وہ بزرگ جوں جوں آپ کے قریب ہونے کی کوشش کرتا اتنا ہی زمین اسے پیچھے کی طرف کھسکا دیتی۔ ناامید ہو کر وہ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ سے بولا: جنید بغدادی (رحمۃ اللہ علیہ) تو خوش قسمت ہے تیرے خالق نے میرے اور تیرے درمیان ایک دیوار حائل کر دی ہے میں وہی ہوں جس سے تو آج کل ملنے کا خواہشمند ہے۔ آپ جب احساس ہوا کہ شیطان سامنے کھڑا ہے تو فوراً غصے اور درشتی سے بولے۔ ملعون تجھے آدم علیہ السلام کو سجدہ کرنے سے کس چیز نے روکا تھا؟ شیطان یہ سن کر بولا تم تو خود عبادت گزار ہو' عقل و شعور سے مالا مال ہو مجھے یہ بتاؤ اگر کوئی تمہیں یہ کہے کہ تم غیر اللہ کو سجدہ کرو تو کیا تم اس کی بات مان لو گے؟ جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ سوچ میں پڑ گئے آخر اسے کیا جواب دیں۔ پھر بولے تو مردود ہے' جھوٹا اور نیک بندوں کو بہکانے والا اگر تو اپنے خالق کا حکم ماننے کا عادی ہوتا تو پھر اس کے حکم سے سرتابی کی مجال نہ کر پاتا کیونکہ تجھے سجدے کا حکم دینے والا بھی تو وہی احکم الحاکمین ہے۔۔۔ تو سجدہ کر دیتا۔ ابلیس نے یہ سنا تو چلا کر کہا جنید۔۔۔!!! (رحمۃ اللہ علیہ) آج مجھے خدا کی قسم تو نے جلا ڈالا اور پھر نظروں سے غائب ہو گیا۔

(بقیہ: تیراکی سے دماغی اور اعصابی صلاحیتوں میں اضافہ)
لیکن بالآخر تحقیقات کے نتیجے میں سائنسدان یہ بات ماننے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ دل میں چالیس ہزار سے زیادہ ایسے خلیے پائے جاتے ہیں جو سوچتے ہیں' سمجھتے ہیں اور دماغ کی رہنمائی کرتے ہیں۔ قرآن مجید کا یہ زندہ معجزہ ہے کہ اس میں چودہ سو سال قبل یہ حقیقت بیان ہو چکی تھی کہ دل بھی سوچتا' سمجھتا اور رہنمائی کرتا ہے۔

وعدہ خلافی! شاندار فیبرکس کی دکان دنوں میں ختم

قبر سے ریت ہٹائی اور اٹھانے والے ایک ساتھی نے دیکھا کہ اُن کے فوت شدہ ساتھی کے سینے پر ایک بلیچ نما پرندہ بیٹھا ہے جو اس کے سینے پر چونچ مارتا ہے جس سے اس کا سینہ جل کر سبز رنگ کی شعاعیں نکالتا ہے جس کی بدبو بہت ہی سخت تھی

قبر کے عذاب کا عبرت انگیز واقعہ

(فرال رضا' لاہور)

کچھ عرصہ قبل لاہور میں ایک لڑکا دبئی کمانے کی غرض سے گیا' پاکستان میں آج کے جوانوں کو روزگار میسر ہی نہیں لہٰذا وہ جب دبئی پہنچ گیا تو کچھ مدت کام کرنے کے بعد اسے چار دوست ملے جو پاکستانی تھے۔ انہوں نے باہم مشورہ کیا کہ ایک گھر کرایہ پر لے لیتے ہیں' خرچہ بھی کم ہوگا اور کھانا پکانا بھی اپنا ہوگا جس سے کافی بچت ہوگی' اس مشورے پر سب نے اتفاق کیا۔ انہوں نے اپنا سارا سامان ایک ہی گھر میں شفٹ کیا' طویل عرصے تک اُن کی زندگی بڑی خوش وخرم گزری' سب شام کو کام سے فارغ ہو کر اسی گھر میں آتے اور خوب گپ شپ لگتی' ٹی وی پر نازیبا پروگرام دیکھے جاتے' ہنسی مذاق کرتے اور سو جاتے۔ صبح اٹھ کر پھر اپنے اپنے کام پر چلے جاتے۔ زندگی ایسے ہی خوب عیاشی کے ساتھ گزر رہی تھی کہ ایک دن شام کے وقت باتیں کرتے کرتے اُن میں سے ایک ساتھی کی طبیعت خراب ہوگئی' انہوں نے اس کو اٹھایا اور ہسپتال لے گئے۔ کچھ دیر کے بعد ڈاکٹر نے ان کو خبر دی کہ آپ کا ساتھی اس دنیا سے کوچ کر گیا ہے۔ سب اس صدمے سے دوچار ہوئے' گھر والوں سے رابطہ کیا' لاش واپس منگوانے کے پیسے اُن کے پاس نہ تھے' جب وہ کچھ انتظامات نہ کر سکے تو انہوں نے کہا کہ آپ اس کو اُدھر ہی دفنا دیں۔ اس کے دوستوں نے کفن دفن' غسل دینے کے بعد ایک صحرا میں موجود قبرستان میں اُس کو دفنا دیا۔ جب وہ دفنا کر گھر واپس پہنچے تو زبردست جھٹکا لگا کہ اُن کا کارڈ جو تھا وہ کارڈ جو دبئی میں رہنے پر پولیس والے دیکھتے ہیں جن کے اوپر وہاں رہنے کی اجازت ہوتی۔ دفناتے وقت ایک ساتھی کا قبر میں گر گیا' وہ سب وہاں دوبارہ گئے' قبر سے ریت ہٹائی اور اٹھانے والے ایک ساتھی نے دیکھا کہ اُن کے فوت شدہ ساتھی کے سینے پر ایک بلیچ نما پرندہ بیٹھا ہے جو اس کے سینے پر چونچ مارتا ہے جس سے اس کا سینہ جل کر سبز رنگ کی شعاعیں نکالتا ہے جس کی بدبو بہت ہی سخت تھی جس کا کارڈ گرا تھا وہ دیکھنے لگا کہ کارڈ میرے دوست کے ساتھ پڑا تھا' اُس نے جب کارڈ اٹھانا چاہا تو بلیچ نما پرندے نے اُس دوست کے ہاتھ پر چونچ ماری۔ اُس دوست کی زبردست چیخ نکلی اور اُس کا ہاتھ وہیں جل کر خاکستر ہوگیا۔ اُس دن کے بعد باقی دوستوں نے گناہوں سے توبہ کی اور صوم صلوٰۃ کے پابند ہوگئے۔ اللہ ہم سب کو عذاب قبر سے بچائے۔ آمین۔

وعدہ خلافی کا انجام

(پوشیدہ' لاہور)

محترم قارئین! جب کوئی انسان کسی کا نقصان کرتا ہے تو حقیقت میں وہ اپنے لیے گڑھا کھودتا ہے جس میں وہ خود گرتا ہے اور اپنے آپ کو نقصان دیتا ہے' ایک ایسا ہی وعدہ خلافی کا انجام میں بتانے جا رہی ہوں۔

میری بیٹی لاہور میں شاپنگ کی غرض سے آئی' اس کے دیور کی شادی تھی' ہم مقامی مارکیٹ میں ایک بڑی سی فیبرکس کی دکان پر گئے' وہاں مختلف لباس دیکھتے رہے' وہاں ایک لباس پسند آیا' مگر قیمت میں ان بن کے باعث ہم اٹھ کھڑے ہوئے' ابھی نکلنے ہی لگے تھے کہ دکاندار نے ابو کو روک لیا' ابو نے مڑ کے دیکھا وہ ایک اچھی پروقار شخصیت کا مالک تھا' اس نے کہا میں اس دکان کا مالک ہوں' آپ میری دکان سے خالی ہاتھ نہ جائیں' آپ یہ لباس پندرہ ہزار میں لے جائیں' ابو نے کچھ سوچ کر کہا کہ ٹھیک ہے۔ دکاندار نے کہا ہم یہ لباس آپ کو آرڈر پر بنوا دیتے ہیں۔ آپ بیس دن بعد یہ لباس لے جائیں۔ پندرہ ہزار دکاندار کو جمع کروا کر رسید حاصل کر لی۔ بیس دن بعد دکان پر اپنا سوٹ لینے گئے تو مزید دس دن میں سوٹ تیار ہوگا پھر مزید پانچ دن' پھر تین دن' اس طرح دن پہ دن مزید آگے کرتا گیا حتیٰ کہ شادی کا دن آن پہنچا۔ شادی والے دن پھر ہم دکاندار کے پاس گئے اس نے کہا چلو آج شادی ہے۔ آپ یہ معمولی مالیت کا لباس لے جائیں۔ شادی پر گزارہ کر لیں پھر یہ لباس واپس کر کے اپنا آرڈر والا لباس لے جائیں۔ خیر شادی کا دن گزر گیا۔ ان کے پاس لباس لے کے آئے تاکہ ہمیں آرڈر والا لباس مل سکے۔ کہنے لگا: آپ کا فنکشن گزر گیا ہے ہم نے آرڈر کینسل کر دیا ہے۔ پیسوں کا مطالبہ کیا تو وہ بھی صاف مکر گیا۔۔۔ مقدمہ درج کرنے کیلئے ہم نے وکیل سے رابطہ کیا' وکیل نے کہا ایک لاکھ کی رٹ دائر کریں۔ پھر میں سارے پیسے ان سے نکلوا لوں گا۔ ہم نے منع کر دیا کہ ہمارا پیسہ جاتا ہے سو جائے لیکن کسی کا پیسہ ہم نہیں لیں گے۔ ایک بار پھر دکان پر گئے' مالک نے ڈھٹائی کا' بدتمیزی کا مظاہرہ کرتے ہوئے رسید ٹکڑے ٹکڑے کر دی' ہم خاموشی سے لوٹ آئے اور فیصلہ آخرت پر چھوڑ دیا' مگر کچھ ظالموں کو خدا نے اسی دنیا میں مزہ چکھانا ہوتا ہے۔ ابھی کچھ عرصہ پہلے اُس مارکیٹ کا چکر لگا۔ کیا دیکھتی ہوں فیبرکس کی شاندار بڑی دکان کا بٹوارہ ہو چکا تھا۔ ایک بڑی دکان دو گلیوں کی صورت بنی ہوئی تھی' وہ دکان مزید چھوٹی سے چھوٹی ہوتی گئی ہے۔ میں جب بھی وہاں سے گزرتی ہوں تو مجھے اس دکان کو دیکھ کر عبرت ہوتی ہے کہ اب وہ دکان آدھے سے زیادہ خالی ہو چکی ہے۔ سوچتی ہوں کسی کا ناحق مال کھا کے آخرت کا نقصان تو کیا ہی ہے اس دنیا میں بھی کیا فائدہ حاصل کر لیا۔ خدا نے ان کو پکڑ لیا۔ وعدہ خلافی کا مظاہرہ کر کے اپنے شاندار کاروبار کو زوال دے دیا۔

درس سے فرسٹ پوزیشن

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے درس طالب علموں کے لیے انمول تحفہ ہیں۔ وہ طالب علم جو پڑھ رہے ہیں پریشان ہیں' پڑھائی میں دل نہیں لگتا' یاد نہیں ہوتا یا پڑھائی مشکل لگتی ہے' اچھے مارکس لینا چاہتے ہیں۔ وہ آپ کا درس سنیں۔ میں خود ان حالات سے گزرا ہوں' جب سے اکتالیس درس مکمل کیے' امتحان سر پر آ گئے' جو تیاری ہو سکی وہ کر کے پرچے دیئے اور آخر میں آخری پرچہ خراب ہوگیا۔ مجھے اندازہ ہو گیا تھا کہ چھ میں سے دو پرچوں میں لازمی فیل ہو جاؤں گا۔ مجھے اگلے سمسٹر میں یہ دو پرچے دوبارہ دینے پڑیں گے۔ مگر جب رزلٹ آیا میری حیرت کی انتہا نہ رہی میں 74% نمبرز لے کر ہائیسٹ فرسٹ پوزیشن میں پاس ہو گیا جن پرچوں میں فیل ہونے کا خدشہ تھا ان میں بھی اچھے نمبرز لے کے پاس ہوا۔ یہ سب اس بابرکت درس کی بدولت ہوا کئی دن بعد جا کے یقین آیا کہ میں واقعی 74% نمبرز لے کر پاس ہوا ہوں' میں نے کبھی ایسا خواب میں بھی نہیں سوچا تھا۔ میرے گمان سے بڑھ کر اللہ تعالیٰ نے میرے ساتھ معاملہ کیا ہے۔ محترم حکیم صاحب آپ کا دل کی گہرائیوں سے شکریہ آپ کے درس سن کر دعاؤں میں رو رو کر عاجزی سے دعا کی۔ (ذوہیب ظفر' کوئٹہ)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

نومبر کے جوابات

1۔ بہن آپ یہ ٹوٹکہ آزمائیں امید یہ ہے اللہ آپ کو صحت عطا کرے گا۔ تازہ پودینہ لے کر اس کے چند پتے اور دو چٹکی اجوائن ڈیڑھ کپ پانی میں ابالیں۔ جب ایک کپ پانی رہ جائے تو اسے چولہے سے اتار کر ٹھنڈا کرلیں اور نہار منہ اس جوشاندہ کو پی لیں۔ اگر کڑواہٹ محسوس ہو تو ایک چائے کا چمچ شہد ملالیں۔ دو گھنٹے بعد تک کچھ نہیں کھانا۔ انشاء اللہ چند دن مستقل مزاجی سے استعمال کریں' آپ صحت یاب ہوجائیں گی۔ (رابعہ حیات خان' پشاور)

2۔ آم کے خشک پتے لیکر انہیں جلا کر راکھ کرلیں اور پھر سرسوں کے تیل میں ملا کر بالوں پر لگایا کریں ایک چھٹانک تیل میں دو چمچ یہ پاؤڈر کافی ہے اور کھانے کے طور پر روزانہ ایک عدد مربہ آملہ کھالیا جائے تو زیادہ بہتر ہے۔ (عبدالرحمان' کوئٹہ)

3۔ یہ وظیفہ بہت آزمایا ہوا ہے سورۂ آل عمران کی پہلی تین آیات 313 مرتبہ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے پڑھیں۔ اگر زیادہ جلد رزلٹ چاہتے ہیں تو صبح و شام 313 مرتبہ پڑھیں۔ (ش، ع)

اا۔ یہ وظیفہ میرا آزمایا ہوا ہے' انشاء اللہ بہت جلد رزلٹ آپ کے سامنے ہوگا۔ سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 36 صبح و شام 101 بار اول و آخر گیارہ بار درود شریف۔ (محمد علی' لاہور)

4۔ محترم بھائی! آپ روزانہ صبح کم از کم ایک سے دو کلومیٹر بھاگیں۔ شروع شروع میں شاید آپ کے لیے بھاگنا مشکل ہو آہستہ آہستہ اپنے وقت کو بڑھاتے جائیں۔ پانچ سے چھ ماہ میں نا صرف آپ کے قد میں فرق محسوس ہوگا بلکہ اور بھی بہت سے جسمانی فوائد حاصل ہوں گے۔ (صوفیہ' راولپنڈی)

اا۔ آپ روزانہ کم از کم پندرہ منٹ آئینے کے سامنے کھڑا ہو کر خود کو دیکھتے ہوئے یہ تصور کریں کہ میرا قد بڑھ رہا ہے اور کل کی بہ نسبت آج کچھ بہتری ہے۔ کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے ایسا کریں۔ انشاء اللہ کچھ ہی عرصہ میں آپ اپنے آپ میں بہت بہتر تبدیلی محسوس کریں گے۔ (عبدالماجد' ملتان)

دسمبر کے سوالات

1۔ محترم قارئین السلام علیکم! میری عمر 47 سال ہے' عرصہ چار پانچ سال سے مجھے بچہ دانی گر جانے کی شکایت ہوگئی تھی جس کی وجہ سے میرا پیشاب پر بھی کنٹرول کم ہوگیا۔ باتھ روم تک جاتے جاتے قطرے نکل جاتے ہیں' بچہ دانی بھی گولے کی طرح باہر نکل آتی ہے' ہمبستری کے دوران بھی شدید درد ہوتا ہے' میرے دو بیٹے ہیں دونوں ہی آپریشن سے پیدا ہوئے ہیں۔ چھوٹا بیٹا جب سات ماہ کا تھا میں نے Copper T رکھوائی تھی مگر ایک ماہ بعد نکلوا دی جس کے بعد سے یہ مسئلہ شروع ہوا۔ چار پانچ سال سے علاج کروا رہی ہوں مگر فرق نہیں پڑا' مہربانی فرما کر مجھے کوئی نسخہ یا وظیفہ پڑھنے کیلئے بتادیں بہت شکر گزار ہوں گی۔ (ع، ع)

2۔ قارئین اکرام! بند جوتے پہننے سے میرے پاؤں اور جرابیں بھیگ جاتی ہیں اور اتنی سخت ناگوار نا قابل برداشت بدبو آتی ہے کہ میں بتا نہیں سکتا' خصوصاً محفل میں تو بہت شرمندگی اٹھانا پڑتی ہے' روزانہ پاؤں خوشبو والے صابن سے دھو کر جرابیں دھو کر پہنتا ہوں لیکن کچھ فرق نہیں پڑا۔ (شہزاد احمد' لاہور)

3۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرے ساتھ بہت عجیب مسئلہ ہے کہ میں جب بھی اللہ تعالیٰ کا نام لیتا ہوں تو میرے سامنے کوئی نہ کوئی شکل آجاتی ہے' نماز بھی صحیح طرح ادا نہیں کرسکتا' پہلے تو میں نے کوئی توجہ نہیں دی مگر رفتہ رفتہ یہ مرض بڑھتا گیا اور اب شیطان مردود مجھے طرح طرح وسوسے دیتا ہے کہ نعوذ باللہ یہ تیرا رب ہے' اور یہ اللہ ہے' نعوذ باللہ اور کبھی دوسری شکل آجاتی ہے اور اب تو خواب میں بھی یہ شکلیں نظر آرہی ہیں۔ میں بہت پریشان ہوں براہ کرم کوئی وظیفہ عنایت فرمائیں اور میری جان ان وساوس سے چھڑائیں۔ (پوشیدہ)

4۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرا ایک مسئلہ ہے اگر حل فرمادیں تو بے حد ممنون ہوں گا۔ میرے چہرے پر ڈاڑھی نہ ہونے کے برابر ہے بلکہ مونچھیں مکمل ہیں' مجھے ڈاڑھی کا شوق ہے برائے مہربانی کوئی نسخہ تجویز فرمادیں۔ (محمد اسماعیل اکبر' مظفر گڑھ)

مناقب صحابہ و اھل بیت

انتخاب: کمی احمد چوہدری

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے سیدہ فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے فرمایا: (اے فاطمہ!) میں' تم اور یہ دونوں (حسن و حسین) اور یہ سونے والا (حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کیونکہ اس وقت آپ سو کر اٹھے ہی تھے) روز قیامت ایک ہی جگہ ہوں گے۔ (احمد' بزار) ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے انداز گفتگو میں حضرت فاطمۃ الزہرا رضی اللہ عنہا سے بڑھ کر کسی اور کو حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم سے اس قدر مشابہت رکھنے والا نہیں دیکھا" (امام بخاری)

حضرت ام عطیہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک لشکر بھیجا اس میں حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ بھی تھے میں نے حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کو دیکھا کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم ہاتھ اٹھا کر دعا کررہے تھے کہ یا اللہ! مجھے اس وقت تک موت نہ دینا جب تک میں علی کو (واپس بخیر و عافیت) نہ دیکھ لوں۔ (ترمذی' طبرانی)

کان بہنا اور دکھنا ہمیشہ کیلئے بند

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک نسخہ تھا جو میں چاہ رہا تھا کہ آپ کے توسط سے کسی پریشان حال کے درد کا مداوا کردے' دراصل میری بیٹی بہت چھوٹی تھی' تقریباً سات یا آٹھ ماہ کی تب سے اس کے کان میں شدید درد تھا' ساری رات پریشانی میں روتے ہوئے گزرتی' اسپیشلسٹ ڈاکٹروں کو بھی دکھایا' بہت بھاری فیسیں بھی دیں لیکن کان دکھنے کے ساتھ اب بہنا شروع ہوگیا تھا۔ کوئی ڈراپس کام نہیں کررہے تھے پھر کسی اللہ والے نے ایک نسخہ بتایا کہ تھوڑا سا دیسی گھی لے لیں (تقریباً) دو بڑے چمچ اور حقے میں ڈالنے والا سوکھا تمباکو تقریباً آدھی چٹکی لے کر کسی برتن میں جلالیں جب تمباکو راکھ ہوجائے تو کسی باریک کپڑے سے اسے چھان لیں' یہ گھی آپ دن میں چار مرتبہ نیم گرم بچے کے کان میں دو قطرے ٹپکادیں۔ ایک دو دن میں اس کے کان سے مواد آنا بند ہوجائے گا۔ یہ عمل چار یا پانچ دن تک جاری رکھیں۔ انشاء اللہ کبھی کان نہیں دکھے گا۔ میری بیٹی اب چھ سال کی آج تک دوبارہ تکلیف نہیں ہوئی۔ (مقبول الٰہی)

آپ کا خواب اور روشن تعبیر



دشمن پر نظر رکھیں

خواب: میں نے دیکھا کہ ہمارے گھر میں جس بیڈ پر میں سوتی ہوں اس کے نیچے سے سب سے پہلے سیاہ بھورا پھر بھورے سیاہ دھبوں والے سانپ نکلتے ہیں جنہیں دیکھ کر میں بے اختیار چلاتی ہوں کہ ہمارے گھر میں سانپ ہیں لیکن کوئی میری بات نہیں سنتا۔ ان میں سے سفید رنگ والے سانپ کو تو میں ہاتھ میں بھی پکڑتی ہوں لیکن وہ مجھے کچھ بھی نہیں کہتا بلکہ فرمانبردار سا ہے۔ باقی سانپ بھی مجھے کچھ نہیں کہتے' میں ان میں سے صرف سفید پر سیاہ دھبوں والے سانپ سے خوفزدہ ہوں۔ بہر حال جب میں چلاتی ہوں تو وہ ڈر کر واپس بیڈ کے نیچے چلے جاتے ہیں۔ (نگہین' کوئٹہ)

تعبیر: خواب کے مطابق تو آپ کی کیفیت اچھی نہیں ہے' دشمن آپ کے ساتھ ساتھ ہے' اپنے حالات کی فکر کریں اور دشمن پر نظر رکھیں۔ ایسا نہ ہو کہ آپ کو بعد میں شرمندگی کا سامنا کرنا پڑے' رشتے کے سلسلے میں پریشان نہ ہوں' اپنے بڑوں کے فیصلوں پر عمل کریں۔ حسب توفیق صدقہ و خیرات کریں۔

خوشحالی نصیب ہوگی

خواب: دیکھا کہ میرا پیٹ بہت موٹا ہو گیا ہے' سانس بھی بڑی مشکل سے نکالا جاتا ہے' پتہ نہیں اس میں ہوا بھر گئی ہے یا کیا ہوا ہے۔ چلنے میں بھی دشواری ہوتی ہے' میں بڑی مشکل سے چل کر جاتا ہوں' تھوڑا سا چلتا ہوں پھر بیٹھ جاتا ہوں' ایک دو چھوٹے چھوٹے پہاڑ آتے ہیں میں ان کے قریب بیٹھ جاتا ہوں' پھر تھوڑا سا چلتا ہوں پھر بیٹھ جاتا ہوں' بڑی مشکل سے چل کر اپنے ڈیرے پر (جہاں بھینسیں باندھی جاتی ہیں) جاتا ہوں' وہاں پہنچ کر بھی میرا سانس بڑی مشکل سے نکلتا ہے۔ میرے چچا زاد نے انگلی میرے حلق میں ماری جس سے مجھے قے آئی اور کچھ آرام آیا۔ (محمد ندیم' اوکاڑہ)

تعبیر: خواب بہت اچھا ہے' پریشانی کی بات نہیں' مال میں اضافے کا اشارہ ہے' تھوڑی سی کوشش کے بعد مال میں اضافہ ہوگا اور خوشحالی نصیب ہوگی۔

مراد پوری ہوگی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں (الف) کے گھر میں موجود ہوں اور الف کا چالیسواں ہے۔ (حقیقت میں الف کا انتقال چند روز قبل ہو چکا ہے) سب لوگ ایک کمرے میں قرآن خوانی کر رہے ہیں۔ ایک سپارہ میں بھی پڑھ رہی ہوں پھر دیکھا کہ الف کی امی پاؤں پھیلاتی ہیں جیسے تھک گئی ہوں' میں ایک ہاتھ سے ان کی ٹانگیں دباتی ہوں وہ کہتی ہیں کہ الف بھی ایسے ہی میری خدمت کرتا تھا' میں بولتی ہوں ہاں! میں جانتی ہوں الف بہت نیک بندہ تھا۔ منظر بدلتا ہے الف کے والد آتے ہیں اور کہتے ہیں کچن سے کس چیز کی بو آ رہی ہے میں جا کر دیکھتی ہوں تو وہاں دو لڑکے موم پکا رہے ہیں میں ان سے پوچھتی ہوں کہ یہ موم آپ پکا رہے ہیں وہ بولتے ہیں ہاں! میں واپس پلٹنے لگتی ہوں تو وہ پوچھتا ہے آپ ہیں کون؟ میں بولتی ہوں میں الف کی ہونے والی بیوی تھی (حقیقت میں الف اور میں ایک دوسرے کو پسند کرتے تھے اور شادی کرنے والے تھے)۔ پھر میں منہ ہی منہ میں الف کی بخشش کیلئے درود شریف پڑھ رہی ہوں۔ جب میری آنکھ کھلتی ہے تو تب بھی میں درود شریف ہی پڑھ رہی ہوتی ہوں۔ پھر میں امی سے کہتی ہوں کہ الف کیلئے دعا کروائیں اس کو دعا کی ضرورت ہے' پھر اس کی امی سے بھی بولتی ہوں تو وہ کہتی ہیں کہ اچھا ٹھیک کہ ختم قرآن کروا لیتے ہیں۔ (ث' پشاور)

تعبیر: خواب اچھا ہے' نیک اعمال کی برکت سے آپ کی مراد پوری ہوگی اور اچھے محبت کرنے والے لوگ ملیں گے۔ آپ مرحوم کو ایصال ثواب کریں اور اپنی عزت کا خیال رکھیں۔ ایسا نہ ہو کہ آپ کی کسی بات سے آپ کو ہی نقصان ہو جائے۔

خوشی نصیب ہوگی

خواب: میری والدہ نے خواب دیکھا کہ وہ کچھ رشتے دار عورتوں کے ساتھ کسی شادی میں جا رہی ہیں' پیدل سفر کر رہی ہیں' گھر سے تھوڑی دور جانے کے بعد سامنے سے بارات آتی ہوئی دکھائی دیتی ہے۔ میری والدہ کہتی ہیں جلدی چلو' بارات تو آ گئی ہے۔ پھر آگے پانی آ جاتا ہے' میری والدہ اس پانی سے گزرنے لگتی ہیں تو ان کے کپڑے خراب ہو جاتے ہیں کیونکہ وہ پانی سیاہ رنگ کا ہوتا ہے' میری والدہ پانی سے باہر نکل آتی ہیں' تھوڑی دور صاف پانی ہوتا ہے جس سے وہ اپنے کپڑے دھولیتی ہیں پھر انہیں ایک باغ نظر آتا ہے جس میں شہتوت' امرود اور زیتون کے درخت لگے ہوئے ہیں۔ میری والدہ کہتی ہیں چلو پھل کھاتے ہیں' جیسے ہی آگے بڑھتی ہیں تو ان کی آنکھ کھل جاتی ہے۔

ایک اور خواب میں نے دیکھا کہ جس لڑکی سے میری منگنی ہوئی ہے وہ اور میں ایک باغ میں ہیں' باغ میں بہت سے پھول لگے ہوئے ہیں ان میں سے میں ایک پھول توڑتا ہوں جس کی خوشبو بہت پیاری ہوتی ہے تو میری منگیتر ضد کرتی ہے کہ مجھے بھی یہ پھول دو میں بھی اس کی خوشبو سونگھنا چاہتی ہوں میں وہ پھول اس کو دے دیتا ہوں۔ (الطاف بھٹی' شیخوپورہ)

تعبیر: خواب کے مطابق تو آپ کی والدہ کو خوشی نصیب ہوگی مگر اس خوشی کو حاصل کرنے کیلئے ان کو بہت کوشش کرنا ہوگی اور بعد کی زندگی بہت خوشحال گزرے گی۔ آپ کا خواب بھی بہت مبارک ہے' آپ کی شریک حیات بہت اچھے اخلاق کی مالک ہوگی اور آپ کی ازدواجی زندگی بہت اچھے انداز سے گزرے گی' اللہ آپ کو بہت فرمانبردار اولاد بھی عطا کرے گی۔

کثرت سے شکر ادا کریں

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں ایک جگہ سے گزر رہی ہوں اور میرے ساتھ ایک خاتون اور ایک لڑکی بھی ہے' میرے ہاتھوں میں زیورات ہیں جو کہ شاید اس خاتون کے ہیں' ان میں سے کچھ زیور زمین پر گر جاتا ہے تو وہ خاتون مجھے کہتی ہیں کہ یہ لو اور احتیاط سے پکڑو' میں وہ زیور پکڑ لیتی ہوں پھر کچھ دیر بعد میں دیکھتی ہوں کہ میرے ہاتھوں سے سونا قطروں کی شکل میں زمین پر گر رہا ہے حالانکہ میں نے اپنے ہاتھوں کو بہت زور سے بند کر رکھا ہے میں ہاتھ کھول کر دیکھتی ہوں تو زیور اسی طرح میرے ہاتھوں میں موجود ہوتا ہے پھر میں زمین کی طرف دیکھتی ہوں تو وہ سونے کے قطرے جو میرے ہاتھوں سے ٹپک کر زمین پر گرتے ہیں وہ چمکدار ہیروں کی شکل میں زمین میں جڑ جاتے ہیں۔ پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (عطیہ' لاہور)

تعبیر: آپ کے حق میں خواب بہت مبارک ثابت ہوگا' آپ کو بہت خوشحال زندگی ملے گی اور آپ کی وجہ سے کئی لوگوں کو فائدہ ہوگا۔ آپ کثرت سے اللہ رب العزت کا شکر ادا کریں۔

دیہاتی بزرگ نے بتائیں راز کی باتیں

نسیم احمد، ایبٹ آباد

کئی لوگ زکام کیلئے مکئی کا آٹا بھون کر گڑ ملا کر گرم گرم رات کو کھا کر سوجاتے' زکام ٹھیک ہوجاتا۔ اگر پرانا ہوجائے تو لسی پھٹا کر پانی نیم گرم رات کو پی کر سوجاتے۔ نمونیا اگر کسی کو ہوجاتا تو لسی پھٹا کر دن اور رات کو بار بار پلاتے۔

ایک دیہاتی بزرگ سے ملاقات ہوئی' میں نے پوچھا کہ آپ شہروں سے بہت دور ہیں' بیماریوں کا علاج کس طرح کرتے ہیں' فرمانے لگے کہ ہماری طرف بیماریاں کم ہوتی ہیں' پہلے پہل شاذونادر ہی کوئی بیمار ہوتا' لوگ سادی غذا کھاتے ہیں' اکثر لوگ زمینداری کرتے تھے' مال مویشی پالتے تھے' زمین کاشت کرتے تھے' ہر قسم کا اناج زمین سے حاصل کرتے' کھاد کے نام سے کوئی واقف نہ تھا' سویرے اٹھتے تھے' رات کی بچی ہوئی روٹی صبح دودھ' دہی یا لسی سے کھا کر کام کاج کو نکل جاتے تھے' چائے کوئی بھی استعمال نہ کرتا تھا۔ دوپہر اور رات کو عموماً لسی میں پکا ہوا ساگ' کدو وغیرہ کھاتے۔ کبھی کبھی دالیں جو اپنی زمین سے حاصل کردہ ہوتیں وہ پکاتے۔ آلو اپنی زمین سے حاصل کرتے اگر زکام لگ جاتا تو چولہے کی راکھ میں دو تین آلو دبا دیتے' چند منٹ بعد وہ پک جاتے اور چھلکا اتار کر نمک لگا کر رات کو کھالیتے۔ دو تین دن کے اندر اندر زکام ٹھیک ہوجاتا۔ کئی لوگ زکام کیلئے مکئی کا آٹا بھون کر گڑ ملا کر گرم گرم رات کو کھا کر سوجاتے' زکام ٹھیک ہوجاتا۔ اگر پرانا ہوجائے تو لسی پھٹا کر پانی نیم گرم رات کو پی کر سوجاتے۔ نمونیا اگر کسی کو ہوجاتا تو لسی پھٹا کر دن اور رات کو بار بار پلاتے۔ مریض کو گرم رکھتے' سینہ پر اور پسلیوں پر تھوم سرسوں کے تیل میں ملا کر مالش کرتے۔ چند دن میں مریض صحت یاب ہوجاتا۔ بچوں کو عموماً خسرہ' کاکڑا لاکڑا اکثر رہتا ہے۔ ہم منقی ابال کر پلاتے ہیں اور انڈے کی زردی کھانے کو دیتے ہیں' بچے ٹھیک ہوجاتے ہیں۔ پیٹ میں درد ہو تو ہر قسم سفید پودینہ پسا ہوا آدھ چمچ معمولی نمک ملا کر لسی کے ساتھ کھلاتے۔ پانچ منٹ میں ہی آرام آجاتا۔ ہر قسم کی جلدی بیماری بخار' نمونیا وغیرہ کیلئے لسی پھٹا کر پانی پلاتے رہتے۔ اللہ تعالیٰ شفاء دے دیتا' دردوں کیلئے سنڈ پیس کر دودھ کے ساتھ کھلاتے۔ رتن جوت کا حلوہ رات کو کھلانے سے کمر کا درد دور ہوجاتا ہے۔ اگر چوٹ کا درد ہوجاتا تو ماتیخ بوٹی باریک سفوف کرکے چمچ کا چوتھا حصہ رات کو گرم دودھ سے کھلاتے۔ تین چار دن میں مریض ٹھیک ہوجاتا۔ اس کے علاوہ ہر بیماری کیلئے سات دفعہ فاتحہ پڑھ کر مریض پر بھی دم کرتے اور پانی پر بھی دم کرکے پلاتے' ہر مصیبت ڈر اور خوف کے وقت آیۃ الکرسی پڑھتے رہتے۔ کہنے لگے کہ جنگل میں شیر اور درندے ہوتے ہیں ہم لکڑیاں کاٹنے کیلئے جب بھی جنگل میں جاتے آیۃ الکرسی کا ورد جاری رکھتے' کبھی کوئی درندہ ہمارے سامنے تک نہیں آیا۔

(بقیہ: مراقبہ سے فیض پانے والے)

دیکھتی ہوں کہ میرے بائیں جانب سے چند لڑکیاں آرہی ہیں اور ان کے ہاتھ میں بڑے بڑے تھال ہیں ان پر کچھ سامان سا پڑا ہوا ہے۔ کپڑے اور زیورات ہیں اور وہ مجھے پہنانے لگے اس کے بعد دیکھا کہ بائیں جانب سے ایک تخت لایا گیا وہ بہت ہی عمدہ اور حسین وجمیل جسم کا ہے۔ غالباً شیشے جیسا ہے اس پر بٹھایا گیا ہے اور میرے بیٹھنے کے بعد اس تخت کو اٹھا کر آگے لے گئیں ہیں' میں نے رکنا چاہا ہے تو وہ رک گئیں ہیں اور میں نے نیچے پاؤں لگائے ہیں اور کھڑی ہوگئی ہوں اور خود کو دیکھ رہی ہوں اور دیکھ کر حیران ہوں کہ یہ کوئی (!) ہے میرا وہ چہرہ ہی اور ہوگیا ہے' سرخ و سفید رنگ گلابی سا چہرہ لمبی اور پتلی سی لگ رہی ہوں۔ پھر مجھے کچھ یاد نہیں اور میں نیند کی آغوش میں چلی گئی۔ (اور)

چار کا عدد

چار کا عدد بہت پیارا عدد ہے۔ لفظ اللہ جو اللہ تعالیٰ کا ذاتی نام ہے اس میں' چار حروف ہیں۔ آقا کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا ذاتی نام "محمد" ہے اس میں چار حروف ہیں۔ "محمد صلی اللہ علیہ وسلم" قرآن پاک میں چار بار آتا ہے۔ فرشتوں کے سردار چار حضرت جبرائیل علیہ السلام' حضرت میکائیل علیہ السلام' حضرت اسرافیل علیہ السلام' حضرت عزرائیل علیہ السلام۔ آسمانی کتابیں چار زبور' تورات' انجیل' قرآن پاک۔ خلفائے راشدین چار حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ' حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ' حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ' حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ' حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی صاحبزادیاں بھی چار حضرت زینب رضی اللہ تعالیٰ عنہا' حضرت رقیہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا' حضرت ام کلثوم رضی اللہ تعالیٰ عنہا اور حضرت فاطمۃ الزہراء رضی اللہ تعالیٰ عنہا۔ امام بھی چار امام مالک' امام ابوحنیفہ' امام شافعی اور امام مالک رحمۃ اللہ علیہم اجمعین۔ انسان کا خمیر بھی چار چیزوں سے مل کر بنا ہے۔ مٹی' آگ' ہوا اور پانی۔ (امیر النساء' اٹک)

عبقری نے اندھیروں سے نکال دیا

محترم حکیم صاحب! میں دس بارہ ماہ سے عبقری کا ساتھی ہوں' عبقری نے مجھے جو کچھ دیا میں اُسے بیان کرنے سے قاصر ہوں

(علی اکبر' بہاولپور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! دعا ہے (اُس پاک ذات سے جس کے قبضہ وقدرت میں ہم سب کی جان ہے) کہ آپ ہمیشہ ہنستے مسکراتے رہو' خدا آپ کی عمر دراز کرے' اللہ رب العزت آپ کی زندگی میں کوئی غم نہ لائے۔ (آمین)

محترم حکیم صاحب! میں دس بارہ ماہ سے عبقری کا ساتھی ہوں' عبقری نے مجھے جو کچھ دیا میں اُسے بیان کرنے سے قاصر ہوں' اللہ تعالیٰ کا شکر ہے کہ آج میں عبقری کی وجہ سے پانچ وقت کی نماز کا پابند بن گیا ہوں' عبقری نے میری تمام بری عادات سے چھٹکارا دلا دیا۔ میں اللہ تعالیٰ کی ذات کا شکرگزار ہوں کہ جس نے مجھے اندھیروں سے نکال کر روشنی کی طرف گامزن کردیا۔

عبقری نے زندگی بدل دی

(منظور الٰہی پراچہ' منڈی بہاؤالدین)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں گزشتہ بیس سال سے انگلش زبان اور لٹریچر پڑھا رہا ہوں' سینکڑوں کی تعداد میں لڑکے لڑکیوں کو پڑھا چکا ہوں اور آج کل بھی اسی دھندے سے وابستہ ہوں' والدہ محترمہ کی بیماری اور پھر ان کی وفات نے زندگی کا رخ بدل دیا کسی اللہ والے نے ہاتھوں میں عبقری تھمایا تو ایسی روحانی خوشی ملی کہ بیان سے باہر۔۔۔ بہت فائدہ ہوا دل جو کسی طور راحت نہ پاتا تھا۔ عبقری میں چھپنے والے اذکار نے ایک سکون کی دنیا کھول دی اب ماشاء اللہ کوئی گھڑی ایسی نہیں جس میں زبان ذکر سے خالی ہو۔ پھر آپ کے بیانات نے' آپ کی کتاب "مجھے شفاء کیسے ملی؟" کا مطالعہ کیا' بس کچھ نہ پوچھیں کیسے کیسے الجھے مسائل حل ہوئے۔ پھر میں نے ان اذکار و وظائف کو پھیلانا شروع کردیا اپنے سٹوڈنٹس اور جاننے والوں میں ان کو چلایا۔ امریکہ' دیگر عرب ممالک میں بھی آپ کا' عبقری کا اور آپ کے وظائف کا تعارف کروایا۔ اب کوئی دن ایسا نہیں جب کوئی نہ کوئی بندہ مجھ سے رابطہ نہ کرتا ہو سبھی کو کہتا ہوں کہ عبقری پڑھا کرو۔ کہاں انگلش ناول' ڈرامے پڑھانے والا اور کہاں عبقری کی دعوت۔۔۔ بس اللہ کا کرم ہے کہ اس نے اس قابل بنادیا۔



یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔

سفید بال اور بے خوابی

میری عمر 24 سال ہے میں ملازمت کرتی ہوں' جس کی وجہ سے مجھے ڈپریشن بھی رہتا ہے' شاید اسی لیے میرے بال سفید ہونے لگے ہیں۔ ازراہ کرم مجھے کوئی ایسا علاج تجویز کردیں جس سے میرے بال مزید سفید ہونے سے بچ جائیں اور مجھے اس پریشانی سے چھٹکارا مل جائے۔ (سائرہ' ملتان)

مشورہ: سائرہ! آپ نیند بھرپور لیا کریں۔ سونے سے پہلے دماغ سے دن بھر کے کام سے متعلق خیالات کو جھٹک دیا کریں تاکہ پرسکون نیند سوسکیں اور ڈپریشن کم ہوسکے۔ بالوں کیلئے آپ یہ نسخہ آزمائیں۔ اپنے بالوں کی لمبائی کو مدنظر رکھتے ہوئے برابر مقدار میں بادام اور کیسٹر آئل لے کر ہلکا سا گرم کرلیں۔ اس نیم گرم تیل کا بالوں کی جڑوں میں ہلکے ہاتھ سے مساج کریں۔ پھر ایک تولیہ گرم پانی میں بھگو کر نچوڑ لیں اور اسے بالوں کے گرد لپیٹ کر اسٹیم دیں۔ اس کے بعد کسی اچھے ہربل شیمپو سے سر دھولیں۔

بلیچ سے جھلسی جلد

میں نے اپنے ہاتھوں اور چہرے پر بلیچ کا استعمال کیا تھا۔ بلیچ کرنے کے بعد سے میرے ہاتھوں اور منہ کی رنگت کالی ہوگئی ہے۔ میں اپنی جھلسی ہوئی جلد کو کس طرح ٹھیک کرسکتی ہوں؟ براہ مہربانی! مجھے کوئی گھریلو نسخہ تجویز کردیں کیونکہ میں اب چہرے پر کسی قسم کی پروڈکٹ استعمال نہیں کرنا چاہتی۔ (عالیہ رحمان' راولپنڈی)

مشورہ: عالیہ صاحبہ! بلیچ کو چہرے اور ہاتھوں پر لگانے سے پہلے ہاتھ کے تھوڑے سے حصے پر لگا کر چیک کرلیا کریں کہ جلن تو نہیں ہو رہی اگر جلن ہو رہی ہو تو اس پروڈکٹ کا استعمال بند کردیں۔ جو نسخہ بتایا جارہا ہے اسے نوٹ کرلیں۔ آدھے کپ ناریل کے پانی میں اتنا ہی جو کا آٹا ملائیں کہ وہ گاڑھا پیسٹ سا بن جائے۔ اس کی موٹی تہہ چہرے پر لگائیں جب سوکھنے لگے تو گیلی ہتھیلی سے گول دائرے کی صورت میں مسلتے ہوئے اتارلیں اور سادے پانی سے منہ دھولیں۔ یہ عمل روزانہ دہرانے سے آپ کی جھلسی ہوئی جلد ٹھیک ہونا شروع ہوجائے گی اور رنگت بھی بہتر ہوجائے گی۔

آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے

میری عمر 25 سال ہے' میرے چہرے کی رنگت ویسے تو صاف ہے لیکن آنکھوں کے گرد گہرے سیاہ حلقے ہیں جو صاف رنگت ہونے کی وجہ سے اور بھی نمایاں ہوتے ہیں۔ مجھے کوئی آسان گھریلو علاج تجویز کردیں جو اچھا اور سستا بھی ہو۔ (ثمن' لاہور)

مشورہ: ثمن! آپ روزانہ 6 سے 8 گھنٹے کی نیند ضرور لیا کریں۔ تازہ سبزیوں اور پھلوں کا استعمال اپنی غذا میں لازمی کیا کریں تاکہ پرسکون نیند سے آنکھوں کے گرد حلقوں میں کمی آئے۔ مزید یہ کہ آپ ایک چھوٹا سا پپیتے کا ٹکڑا لے کر اس کو آنکھوں کے حلقوں سمیت پورے چہرے پر ہلکے ہاتھ سے رگڑیں اور پانچ سے آٹھ منٹ لگا رہنے دیں۔ پھر سادے پانی سے منہ دھولیں۔ گہرے لمبے سانس کی مشق روزانہ کی روٹین میں شامل کرلیں۔ ان تمام باتوں پر عمل کرنے سے آپ کا دوران خون بہتر ہوگا اور آپ کی آنکھوں کے گرد حلقے بھی کم ہونا شروع ہوجائیں گے۔

حساس جلد

میری جلد بہت حساس ہے دھوپ میں باہر نکلنے کی وجہ سے میرے پاؤں کی رنگت اس قدر کالی ہوگئی ہے کہ مجھے اب سینڈل پہنتے ہوئے بھی شرم آتی ہے۔ یہی حال میرے چہرے کی رنگت کا بھی ہے۔ چہرے کی جلد پر چکن پاکس کے نشانات رہ گئے ہیں جو دیکھنے میں بدنما لگتے ہیں اور چہرے کی جلد بھی خشک ہوتی جارہی ہے۔ مجھے ان تمام مسائل کا حل بتادیں۔ آپ کی بہت مہربانی ہوگی۔ (ج۔ م۔ کراچی)

مشورہ: آپ روزانہ آٹھ سے دس گلاس پانی ضرور پیا کریں تاکہ جسم سے زہریلے مواد کا اخراج ہو اور آپ کی جلد فریش ہونا شروع ہو' کاربونیٹڈ ڈرنکس کا استعمال فوری بند کردیں اس کی جگہ آپ تازہ پھلوں کا جوس پئیں' چینی اور ناریل کے پانی کو ملا کر چہرے اور پاؤں پر ہلکے ہاتھ سے مساج کریں' بیس منٹ لگا رہنے دیں' بعد میں نیم گرم پانی سے دھولیں' آپ بھی گہرے سانس لینے کی مشق کیا کریں اور آٹھ سے دس گلاس پانی دن میں پینے کی عادت ڈالیں۔

شوہر بیوی کو نظر انداز کرتے ہیں

اس بار تین خط ایک ہی مسئلے پر وصول ہوئے ہیں۔ تینوں خواتین شادی شدہ' پڑھی لکھی اور مہذب گھرانوں سے تعلق رکھتی ہیں۔ ان کی شادیاں خاندان میں ہوئی ہیں۔ کوٹھی' گاڑی' کاروبار سب ٹھیک ٹھاک ہے۔ سسرال والوں کا مسئلہ نہیں۔ پھر بھی کم و بیش انہیں شکایت ہے کہ ایک ہی گھر میں رہتے ہوئے شوہر کی وجہ سے محروم ہے' ان میں ازدواجی تعلقات نہیں' یہ خواتین بچوں کیلئے ترس رہی ہیں۔ شوہر کی میڈیکل رپورٹ ٹھیک ہے۔ اس کے باوجود وہ بیوی کی طرف متوجہ نہیں ہوتے جس کی وجہ سے خواتین پریشان ہیں۔ اب تینوں کے شوہر کس وجہ سے انہیں نظر انداز کرتے ہیں یہ معلوم نہیں ہوسکا۔ "ا" نے لکھا ہے کہ شوہر بہت کم گو انسان ہیں' جہاں تک شرافت کا تعلق ہے اس کی میں خود گواہی دیتی ہوں۔ کسی کے ساتھ میل جول نہیں۔ ہر طرح میرا خیال رکھتے ہیں۔ مگر میں اس خیال کا کیا کروں' وہ صرف تین چار بار میری متوجہ ہوئے ہیں۔

"ا" بہن سے مجھے یہ کہنا ہے کہ اپنے آپ کو تھوڑا سا بدلئے۔ وہ نہیں بولتے تو آپ خود ان کے دفتر سے آنے کے بعد ان سے بات چیت کیجئے۔ آپ کا قصور یہ ہے کہ آپ بالکل ان پر توجہ نہیں دیتیں۔ ان کے کپڑے خود نکالئے۔ ان کی تعریف کیجئے۔ ان کے ساتھ تقریبات میں جائیے۔ اپنے بیڈروم کی چیزیں نئے انداز میں سجائیے' وہ کم گو ہیں تو آپ خود بولئے۔ وہ آپ کے اپنے شوہر ہیں۔ اپنے دکھ سکھ کی باتیں کیجئے۔ اپنے گھر میں عزیزوں کو بلائیے' آپ سب لوگوں سے کٹ کے رہ گئی ہیں۔ قیمتی کپڑے' مہنگے پرفیوم' زیورات آپ نے کس لیے سنبھال کر رکھے ہیں۔ اچھی طرح پہن اوڑھ کر ان کے سامنے رہیں۔ آپ کے رویئے سے وہ خوش ہونگے۔ ان کو بھرپور توجہ دیجئے' شروع شروع میں آپ کو بڑا عجیب سا لگے گا مگر چند ہی ہفتوں میں آپ خود حیران ہوں گی کہ معاملات آہستہ آہستہ سنورتے جارہے ہیں۔

موسلی کا رس اگر روزانہ گنج پر ملا جائے تو بال دوبارہ اُگنے شروع ہو جاتے ہیں۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ سر کے گنج کو پہلے تولیے سے رگڑیں اور پھر اس سے مالش کریں۔

باجرہ کی ایک روٹی! سولہ گھنٹے بغیر تھکن کام

فرحت لاہور

جو لوگ بھوک کی کمی، گیس، ضعف معدہ جیسے امراض میں مبتلا ہوتے ہیں وہ کم لیسدار اجزا والے اس موٹے اناج کو استعمال کریں تو بدہضمی اور گیس جیسے امراض سے چھٹکارا مل سکتا ہے۔ باجرے کو مستقل استعمال میں رکھنے سے بدن ہلکا پھلکا رہتا ہے

اللہ تعالیٰ کی بے پناہ نعمتوں میں سے اناج بہت اہم نعمت ہیں، مختلف اناج ہماری روزمرہ غذا کا ایک اہم حصہ ہیں۔ اناج کیلئے عام اور سستی غذاؤں میں طاقت کا خزانہ مل جاتا ہے، یہاں چند چیزوں کا ذکر کیا جا رہا ہے جو بظاہر معمولی نوعیت کی ہیں مگر انتہائی طاقتور ہیں۔

باجرہ: باجرہ ایک ایسا اناج ہے جو بدن کو بھرپور غذائیت دینے کے ساتھ ساتھ نزلہ زکام بھی دور کر دیتا ہے۔ اطباء کی تحقیق کے مطابق اس میں جسم کی چربی کم کرنے اور اعصاب کو طاقت پہنچانے کا اہم ذریعہ ہے۔ عام طور پر اسے غریبوں کا اناج کہا جاتا ہے۔ راجستھان اور خشک علاقوں کا مزدور طبقہ باجرے کی روٹی کھا کر پندرہ سے سولہ گھنٹے محنت کرتا ہے اور تھکن محسوس نہیں کرتا جو لوگ بھوک کی کمی، گیس، ضعف معدہ جیسے امراض میں مبتلا ہوتے ہیں وہ کم لیسدار اجزا والے اس موٹے اناج کو استعمال کریں تو بدہضمی اور گیس جیسے امراض سے چھٹکارا مل سکتا ہے۔ باجرے کو مستقل استعمال میں رکھنے سے بدن ہلکا پھلکا رہتا ہے، برس ہا برس سے حکیم صاحبان یہ بتاتے رہے ہیں کہ باجرہ کو گڑ، شکر، گھی یا دیگر کھانے میں تیلوں میں ملا کر کھانے سے کمر مضبوط اور خون عمدہ و ہاضمہ درست رہتا ہے اور پیٹ کی چربی میں کمی کے ساتھ گیس بھی نہیں بنتی۔

چنا: اس مشہور غلے میں جسمانی نشوونما کیلئے درکار تمام اجزاء پائے جاتے ہیں۔ چنے کے چھلکوں میں پیشاب آور صلاحیت پائی جاتی ہے۔ بھنے ہوئے چنوں کو چھلکوں سمیت کھانا نزلہ زکام کے مستقل مریضوں کیلئے بہترین ٹانک ہے، گرم خشک تاثیر کی وجہ سے بلغم اور سینے و معدہ کی فاضل رطوبت کو خشک کرتا ہے۔ چنے کو چوبیس گھنٹے بھگونے کے بعد نہار منہ اس کا پانی نتھار کر پی لیا جائے تو جلدی امراض کیلئے بے حد مفید ہے۔ خارش اور جلد کی رطوبت کی بیماریوں میں یہ نہایت فائدہ مند ہے، بھیگے ہوئے چنے خوب اچھی طرح چبا کر استعمال کرنے سے وزن بڑھتا ہے، یہ خون کو صاف کرتا اور سدوں کا خاتمہ کرتا ہے۔ ایسے جانور جن کی غذا میں چنا شامل ہوتا ہے وہ اچھا دودھ اور بہتر گوشت فراہم کرتے ہیں۔ اس میں موجود نائٹروجن اور ہائیڈروجن کاربن کی خفیف مقدار جانوروں میں چربی پیدا کر کے جسم کی قوت اور حرارت کو مجتمع رکھتی ہے۔

یورپ اور دیگر مغربی و ایشیائی ممالک میں اسے گوشت کا بہترین نعم البدل سمجھا جاتا ہے۔ کچا چنا "اولے" جسے بچے بڑے بھی شوق سے کھاتے ہیں وٹامن "ای" کی فراہمی کی وجہ سے اعضائے رئیسہ کی حفاظت اور نسل انسانی کی زرخیزی و توانائی میں معاون ہے۔ یہ وٹامن تازہ دانے دار گندم، بادام، پستہ، چنے، مٹر اور دیگر پھلوں کے سبز چھلکوں میں پایا جاتا ہے۔ چنے میں موجود وٹامن "بی" دل کی کارکردگی بڑھاتا ہے۔ دماغ، جگر، دانتوں اور ہڈیوں کیلئے مفید ہے اور اعصاب گردہ و ہاضمہ کیلئے مددگار ہے۔ وٹامن بی تمام تازہ اناجوں کے چھلکوں اور بیجوں میں بکثرت پایا جاتا ہے۔ چنے کو چھلکوں سمیت استعمال کرنے سے امراض گردہ اور پتھری بننے کے عمل سے نجات مل سکتی ہے۔

مکئی: مکئی، کلو، مکا ایک ہی غذائی جنس کے مختلف نام ہیں، پاکستان میں سردیوں کے موسم میں عام پیدا ہوتی ہے۔ نیم پختہ بھٹہ کوئلوں پر بھون کر کھایا جاتا ہے جو نہایت لذیذ اور بھوک کو تسکین دیتا ہے لیکن یہ سیاہ مرچ، نمک لیموں کے بغیر کھانے سے ذرا دیر میں ہضم ہوتا ہے اور معدہ میں فاسد مادے پیدا کرنے کا باعث بنتا ہے۔ مکئی کے آٹے کی روٹی، مقوی دماغ اور مصفی خون ہے۔ اس کا آٹا پانی میں گھول کر رخساروں پر ملنے سے کیل مہاسے دور ہوتے ہیں، ہاتھوں میں لگانے سے ہاتھوں کی خشکی اور ہر قسم کی بدبو زائل ہو جاتی ہے لیکن عام طور پر اس کا آٹا انسانی جسم کے تمام اعضاء کیلئے مفید نہیں ہے۔ اس کی روٹی دودھ، گھی، شکر اور گندم کے آٹے کو ملا کر پکائی جائے تو انسانی جسم کیلئے بہت فائدہ دیتی ہے۔ مکئی کے دانوں کو گھی یا تیل میں بھون کر پاپ کارن کی شکل میں بڑے شوق سے کھایا جاتا ہے۔ سردیوں میں مکئی کے دانوں یا بھٹے کا استعمال خوب مزہ دیتا ہے۔

(بقیہ: اسلام کے کاروباری اخلاق)

فرد کو اور نہ کسی ریاست کو یہ اختیار دیتا ہے کہ وہ کسی فرد یا گروہ کو کسی کاروبار کے کرنے یا چھوڑنے پر مجبور کرے۔ اسلامی اصول کے مطابق اللہ تعالیٰ نے لوگوں کی روزی مختلف دھندوں میں رکھ دی ہے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ارشاد ہے۔ ترجمہ: "کیا تیرے رب کی رحمت یہ لوگ تقسیم کرتے ہیں؟ ہم نے دنیا کی زندگی میں ان کے درمیان ان کی معیشت تقسیم کر دی ہے اور ان میں سے بعض کو بعض پر (مال) فوقیت دی ہے تاکہ ایک دوسرے کے کام آسکیں۔" (الزخرف 32) مطلب ظاہر ہے کہ خالق کائنات نے فطری نظام کے تحت مختلف لوگوں کی روزی مختلف کاروباروں میں رکھی ہے اور ان ہی دھندوں میں ان کو دلچسپی دی ہے تاکہ انسانی ضرورت کی چیزیں لوگ ایک دوسرے کو فراہم کرتے رہیں اور وہ اسی طرح ایک دوسرے کے کام آتے رہیں اور کچھ لوگ اپنی محنت، ذہانت اور پیشہ ورانہ صلاحیتوں کی وجہ سے دوسروں سے معاشی برتری حاصل کر سکتے ہیں۔ **رزق حلال کا حصول:** اسلام اس بات پر زور دیتا ہے کہ تلاش رزق میں حلال اور حرام کا خیال رکھا جائے، جن وسائل رزق کو اللہ تعالیٰ نے جائز اور حلال قرار دیا ہے، ان کے ذریعے روزی حاصل کی جائے اور جن وسائل رزق کو اللہ تعالیٰ نے حلال اور حرام جائز اور ناجائز کا یہ اصول اجتماعی مفاد کے پیش نظر رکھا ہے، اس سلسلے میں ہم چند قرآنی آیات اور احادیث کا ذکر کرتے ہیں۔ قرآن مجید میں ارشاد ہے۔ ترجمہ: "ایک دوسرے کا مال ناجائز طریقے سے نہ کھاؤ اور نہ ہی اپنا مال حاکموں کے سامنے اس مقصد کیلئے لے جاؤ کہ جان بوجھ کر لوگوں کے مال کا کچھ حصہ گناہ کے طور پر کھا جاؤ۔" (البقرہ 188) ترجمہ: "ایک دوسرے کا مال ناجائز طریقے سے نہ کھاؤ مگر تجارت کے ذریعے باہمی رضا کے ساتھ نفع حاصل کرو۔" ایک مرتبہ کسی نے آپ ﷺ سے دریافت کیا کہ رزق حاصل کرنے کا کونسا ذریعہ بہتر ہے؟ تو آپ ﷺ نے جواب دیا "آدمی کا اپنے ہاتھ کی محنت سے کمانا اور ہر جائز خرید و فروخت۔" مذکورہ آیات و حدیث سے ظاہر ہے کہ مسلمانوں کو جائز ذریعے سے روزی حاصل کرنے کا حکم دیا گیا ہے اور ناجائز ذریعوں سے روزی کمانے سے روکا گیا ہے۔ مطالعہ احادیث سے معلوم ہوتا ہے کہ آپ ﷺ نے نہ صرف حرام ذرائع سے روزی حاصل کرنے سے روکا بلکہ ایسے ذرائع جن کے جائز یا ناجائز ہونے میں شبہ ہو ان سے بھی گریز کرنے کا حکم دیا ہے۔ چنانچہ آپ ﷺ کا ارشاد ہے "جو چیز تمہیں شک میں ڈالے اس کو چھوڑ دو ایسی چیز کو لے لو جو تمہیں شک میں نہ ڈالے" (ترمذی) آپ ﷺ سے یہ بھی روایت ہے کہ حلال واضح ہے اور حرام واضح ہے، ان دونوں کے مابین کچھ مشتبہ چیزیں ہیں جن کو اکثر لوگ نہیں جانتے تو جس شخص نے اپنے آپ کو مشتبہ چیزوں سے بچا لیا اس نے اپنے دین اور عزت کو بچا لیا اور جو شخص مشتبہ چیزوں میں پڑ گیا وہ گویا کہ حرام میں پڑ گیا" (جاری ہے) (انگلریہ ماہنامہ نیوت)

(بقیہ: پیارے بچو! اپنے گھروں کو جنات سے بچائیں)

بھی ڈالا شاید میں اپنی دنیا میں اس قدر مگن تھا کہ میں اپنے رب کو بھی بھول چکا تھا کہ اس کے علاوہ دنیا کی کوئی طاقت میرے بچے کو صحت نہیں دے سکتی!! کمرے میں دو مصلے بچھ چکے تھے نیند ان کی آنکھوں سے ختم ہو چکی تھی، ٹھنڈے پانی سے وضو کر کے وہ دونوں رب کے سامنے کھڑے ہو چکے تھے، التجائیں شروع ہو چکی تھیں، لمحوں کے پاؤں چھٹ رہے تھے، آنکھوں سے آنسوؤں کا سمندر جاری تھا، برائیاں آنسوؤں کی صورت میں ہمیشہ کیلئے زمین میں دفن ہوتی جا رہی تھی اتنی دیر میں فجر کی اذان ہوئی، دونوں نے اپنی دعا کیلئے اٹھے ہاتھوں کو بہت بڑی دولت کے ساتھ بھرا ہوا پایا، ابو عبداللہ آج کتنے عرصے بعد مسجد کیلئے روانہ ہو رہے تھے ادھر ام عبداللہ نے بھی باقی بچوں کو اٹھایا نماز پڑھی اور کچھ دعائیں عبداللہ کے سرہانے بیٹھ کر پڑھیں قرآن کی تلاوت اب ہر فجر کے بعد معمول بن چکا تھا، کچھ ہی عرصے بعد عبداللہ اب زندگی کے ایک نئے دور میں قدم رکھ رہا تھا رب کے ساتھ والدین کے تعلق اور دعاؤں نے پورے گھر میں ایک برکت والا ماحول پیدا کر دیا تھا! کچھ ماہ بعد اس کی طبیعت مزید بہتر ہو گئی تھی اور بالآخر ایک آزمائش جو صرف عبداللہ اور اس کے تمام گھر والوں کیلئے ہی نہیں بلکہ ان کی آنے والی پوری نسل کیلئے باعث رحمت بن چکی تھی اور گناہوں میں لتھڑا پریشانیوں میں گھرا یہ خاندان عظیم راستوں پر گامزن ہو چکا تھا......

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

اعمال کی برکت

(ام احمد حسن' ڈیرہ غازیخان)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہم آپ کا رسالہ چند مہینوں سے پڑھ رہے ہیں۔ میری امی کو شوگر ہے' ایڑی پر پرانا ناسور نکلا اور ٹخنے تک پھیل گیا اور پاؤں کٹنے کا خطرہ ہوگیا اور ڈاکٹروں نے بھی پاؤں کاٹنے کی تجویز دی مگر ابو نہ مانے ہمیں بہت دکھ ہوا امی کو کہا کہ آپ سورۂ طلاق ایک دن میں تین مرتبہ پڑھ کر اپنے پاؤں پر پھونک ماریں' انہوں نے ایسا ہی کیا اور اللہ کا کرم ہوا اور زخم بھر گیا اور پاؤں کٹنے کا خطرہ ٹل گیا۔ کمزوری کیلئے آپ نے مجھے اکسیر البدن اور جوہر شفاء مدینہ چھ چھ ڈبیاں استعمال کرنے کو کہا تھا۔ میں نے وہ استعمال کیں' الحمدللہ! میرے ہاتھ' منہ اور جسم پر اچھا خاصا فرق پڑا ہے ہر کوئی دیکھ کر کہتا ہے اب ''خاص'' ہوگئی ہو پہلے تو بالکل ''مردہ'' لگتی تھی۔

ہمارے مکان کی تعمیر کیلئے بالکل بھی سرمایہ نہیں تھا میں نے کئی مہینوں تک روزانہ سورۂ مزمل گیارہ مرتبہ' یَامُغْنِیُ اول گیارہ سو گیارہ مرتبہ اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھتی ہوں' اللہ نے غیب سے سبب بنایا تو آناً فاناً میرے دو کمرے بن گئے ہیں' پیسے اتنے نہ تھے اس لیے باقی تعمیر روک دی' اب تو کوئی کہتا ہے کہ سیمنٹ سو یا پچاس بوری چاہیے' لے جائیں جب بھی چاہے پیسے دے دینا اور دروازے پر کھڑے ہو کر کہتے ہیں لیکن میرا شوہر کسی کا احسان نہیں لیتا اور میری سہیلی نے کہا کہ میرا بھائی مستری ہے اور ترکھان دروازے والے بھی اپنے ہیں تم کہتی نہیں' مجھے کہہ کر تو دیکھو۔۔۔! لیکن میرے شوہر نہیں مانتے وہ کہتے ہیں جب بھی سبب بنے گا خود اپنے پیسے سے بنوائیں گے۔ درج ذیل واقعہ میری بہن کا ہے۔

بے گھر کو گھر کیسے ملا؟

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اسدا آپ اور تا حیات سلامت رہیں۔ مجھے میرے مکان سے میری تندو ساس نے دھکے دے کر نکال دیا' گھر سے نکلتے وقت اِنَّا لِلّٰهِ وَاِنَّا اِلَیْهِ رَاجِعُوْنَ اَللّٰهُمَّ اَجِرْنِیْ فِیْ مُصِیْبَتِیْ وَ اَخْلِفْ لِیْ خَیْرًا مِّنْهَا پڑھ کے گھر سے روتی ہوئی نکلی' گھر میں سب تماشہ دیکھ رہے تھے کہ یہ ساری زندگی ایسے ہی رہے گی' اسے کبھی مکان نصیب نہ ہوگا۔ دو تین مرلے کا مکان تھا۔ میں نے امی کے گھر جا کر غم کی اس گھڑی میں دو رکعت نفل شکرانہ کے ادا کیے' میری کزن نے بھی مجھے یہی کہا کہ رو و مت بلکہ شکرانہ کے نوافل ادا کرو' اللہ کرم کرے گا۔ مغرب کی نماز کا وقت تھا' مغرب کی نماز ادا کی ساتھ ہی اللہ سے رو رو کر دعا کی۔ کچھ دن امی کے گھر رہی اور درج ذیل وظیفہ پڑھتی رہی۔ وَلَقَدْ مَكَّنّٰكُمْ فِی الْاَرْضِ وَجَعَلْنَا لَكُمْ فِیْهَا مَعَایِشَ ؕ قَلِیْلًا مَّا تَشْكُرُوْنَ ﴿الاعراف ۱۰﴾ یہ وظیفہ میں نے 151 مرتبہ روزانہ پڑھنا شروع کیا' چار دن کے بعد آثار مکان ہونا شروع ہو گئے' اللہ نے اپنی رحمت سے 12 مرلے کا مکان دے دیا' ہر کوئی حیران و پریشان' پہلے تو شوہر نے کہا کہ پیسے نہیں ہیں' پھر وظیفے کی بدولت بھائی نے سعودیہ سے کہا کہ مکان شروع کرو پیسے میں دیتا ہوں' کچھ امی نے دیئے' کچھ شوہر کے دوستوں نے اسے دیئے' اگر پیسے کم ہوجاتے تو درود تنجینا کی تسبیح اٹھا لیتی اور ورد شروع کر دیتی' پیسے کا انتظام ہوجاتا تھا۔ اب اپنے گھر میں خوش باش ہوں' صحت پہلے مردوں کی طرح تھی اب صحت مند ہوتی جارہی ہوں' اللہ تعالیٰ پڑھے ہوئے وظیفے کبھی رائیگاں نہیں کرتا اگر دل میں امید ہو کہ اللہ یہ وظیفہ کرنے سے مراد ضرور پوری کرے گا۔

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں، اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے، یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں، نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

نایاب نسخہ! جس نے آزمایا کامیاب پایا

(محمد عثمان چغتائی)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آج قارئین کو ایک ایسا کامیاب نسخہ دے رہا ہوں کہ جسے جب بھی آزمایا جائے اللہ کی عطا سے شفا نصیب ہوگی۔

ھوالشافی: سبز الائچی انڈین ایک چھٹانک' سفید موصلی انڈین آدھی چھٹانک' کالی موصلی انڈین آدھی چھٹانک' سالم مصری انڈین آدھی چھٹانک۔ ان چار چیزوں کو لکھی گئی مقدار کے مطابق اکٹھی پیس لیں اور اتنا پیسنا ہے کہ پاؤڈر بن جائے (یاد رہے کہ گرینڈ نہیں کرنا) پاؤڈر بنا کر کوئی صاف ململ کا کپڑا لے کر اس پاؤڈر کو کپڑ چھان کر لینا ہے اب جو مقدار نکلے گی وہ اصل دوا ہے۔ اب روزانہ صبح نہار منہ آدھی چمچ چائے والی گرم دودھ کے گلاس کے ساتھ منہ میں پھکا مار کر دودھ کے ساتھ نگل لیں اور یاد رہے یہ دوا سات دن بلاناغہ کھانی ہے اور اس کے بعد سات دن ناغہ کرنا ہے اور کل تین بار کھانی ہے اور بیچ میں تین بار ناغہ کرنا ہے۔

لاجواب فوائد: جن مردوں کو احتلام کی شکایت ہو یا جو مرد یا نوجوان غلط کاریاں کر کر کے ختم ہو چکے ہوں' جن کا مادہ پتلا ہو چکا ہو یا جن کے مادہ کے اندر تولیدی جراثیم بالکل ست ہو چکے ہوں' اس کے ساتھ ساتھ ہر طرح کی جسمانی گرمی' مثانے کی گرمی' پیشاب میں جلن' جگر کی گرمی (L.F.T) کا بڑھ جانا' آنکھوں پیلا ہوجانا' پیشاب کے بعد قطرے آنا' عضو خاص کا ٹیڑھا پن۔۔۔ یہ سب کچھ اللہ کی عطا سے بالکل ٹھیک ہوجاتا ہے۔ لیکن قارئین ایک خاص بات یہ کہ چونکہ یہ دوائی بہت ٹھنڈی ہے' اتنی ٹھنڈی ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ اس لیے کوئی شخص یہ نہ سمجھے کہ میں لگاتار بغیر ناغہ کیے پورا مہینہ کھالوں' اس طرح وہ بہت نقصان اٹھائے گا اور عضو خاص پر بہت برا اثر پڑے گا۔ بہتر یہ ہے کہ سات دن کھائے اور اگلے سات دن ناغہ ہو' پھر سات دن کھائے اور اگلے سات دن ناغہ پھر سات دن کھائے اور پھر ختم۔۔۔ اس سے آگے مت کھائے۔ اس طرح کھانے سے جسم اعتدال میں رہے گا اور ہر طرح کی جسمانی خونی گرمی ختم ہوجائے گی۔ قارئین! ایک اور خاص بات جن نوجوان مردوں کو عضو خاص میں مسائل ہوتے ہیں مثلاً ٹیڑھا پن اور مردانہ کمزوری وہ اس دوائی کے ساتھ خالص دیسی گھی کھائیں (لیکن دیسی گھی دوپہر ڈھلے کے بعد ایک گلاس گرم دودھ میں ایک چمچ ڈال کر پینا ہے) تو اتنا فائدہ ہوگا کہ بیان سے باہر ہے اور عام طور پر بھی اس دوائی کے

ساتھ کھانے میں دیسی گھی تھوڑا بہت لازمی ہے کیونکہ یہ دوائی بہت ٹھنڈی ہے اور دیسی گھی کھانے سے دوائی کا اثر اچھے طریقے سے ہوگا۔

میرے آزمائے وظیفہ جات

(ثمینہ رانی' جہانیاں)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کا رسالہ بہت شوق سے پڑھتی ہوں اور یہ رسالہ بہت اچھا ہے۔ اللہ کرے عبقری رسالہ دن دگنی رات چوگنی ترقی کرے۔ آمین! میں کچھ دعائیں لکھ رہی ہوں تاکہ کسی کا بھلا ہو۔

امتحان میں کامیابی

سو مرتبہ آیت کریمہ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں' بدھ والے دن کسی نماز کے بعد یہ وظیفہ شروع کریں اور اکیس روز تک روزانہ پڑھیں اور دعا مانگیں۔ پندرہ روز کے بعد کچھ صدقہ حسب توفیق کسی محتاج کو دے دیں۔

وظیفہ نمبر 2: عشاء کی نماز کے بعد تین سو بار **یَآاُولِی الْاَلْبَابِ** پڑھ کر امتحان میں شاندار نمبروں سے کامیاب ہونے کی دعا کریں اور جب تک امتحان کا نتیجہ نہ آئے اس عمل کو جاری رکھیں۔ انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔

بدنامی سے بچنے کا عمدہ نسخہ

اگر کوئی کسی کو بدنام کرنے پر تلا ہے اور بدنام ہونے کا خطرہ ہو تو وہ اس آیت کو صبح و شام اکتالیس مرتبہ پڑھ کر اپنے اوپر پھونک لیا کرے۔ **وَلَا يَحْزُنْكَ قَوْلُهُمْ ۘ اِنَّ الْعِزَّةَ لِلّٰهِ جَمِيْعًا ۭ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ** (یونس 65)

طالب اولاد کیلئے مجرب عمل

اگر آپ اولاد سے محروم ہیں تو آپ سورۂ مائدہ کی آیت نمبر سترہ' روزانہ تین سو دفعہ کسی میٹھی چیز پر دم کرکے آدھی خاوند اور آدھی بیوی کھائے یہ عمل اکتالیس دن تک جاری رکھیں۔ انشاء اللہ اولاد ہوگی۔

خاوند کو راہ راست پر لانے کا نسخہ

اگر کسی کا خاوند دوسری عورت سے ناجائز تعلق رکھتا ہو یا حرام کی کمائی گھر لاتا ہو تو اسے باز رکھنے کیلئے گیارہ دن تک 141 مرتبہ سورۂ مائدہ کی آیت نمبر 100 کو کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر دم کرکے کھلائیں۔ انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔

درد گردہ اور پتھری دونوں ختم

(مسز سید شبیر بخاری' تلہ گنگ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس چند نسخہ جات ہیں یقیناً قارئین اس سے بھرپور استفادہ کریں گے۔ عبقری میں نسخہ جات انتہائی مصروفیت کے باوجود اس لیے بھیج رہی ہوں کہ عبقری میرا محسن ہے اور میں نے عہد کیا ہوا ہے کہ میں اس کو ضرور کچھ نہ کچھ فائدہ بخش مواد مہیا کرکے خدمت خلق کروں گی۔

درد گردہ اور پتھری کا علاج: پتھری' ریت یا گیس کی تکلیف کیلئے کئی بار کا آزمایا ہوا نسخہ ہے۔ **ھوالشافی:** سونٹھ' سونف' نوشادر' کالا نمک' کالی مرچ اور درائی یہ چھ چیزیں ہیں ہم وزن لینی ہیں۔ ایک ایک چھٹانک لے کر باریک پیس لیں۔ صبح و شام چھوٹی چمچ پانی کے ہمراہ لے لیں۔ پانی زیادہ پینا ہے۔ پتھری' ریت جو بھی گردہ میں ہوں گی خارج ہوجائیں گی۔ ایک دفعہ میرے ایک عزیز جن کو گردہ میں پتھری تھی' ڈاکٹر نے آپریشن کی تاریخ دی' اس دوران یہ پھکی ان کو دی گئی اور جب آپریشن کیلئے گئے تو گردہ میں پتھری بالکل نہ تھی' ڈاکٹرز حیران تھے یہ سب اس پھکی کا کرشمہ تھا' ویسے بھی چاول یا دیگر کوئی بادی اشیاء کھالیں یہ پھکی ضرور ایک چھوٹی چمچ کھا لیتے ہیں آسانی سے غذا ہضم ہوجاتی ہے۔

دمہ اور بلغمی کھانسی کیلئے جو کا نسخہ: ھوالشافی: جو ایک پیالی لے کر مٹی کی چھوٹی سی ہانڈی میں بہت آہستہ آنچ پر رکھ کر بھونیں' جو میں چمچ کبھی کبھار اوپر نیچے کرتی رہیں جو جب کالے ہوجائیں مگر دبانے سے راکھ نہ بنیں۔ سیاہ کالے ہوں تو اتار لیں' ٹھنڈے ہونے پر پیس لیں۔ جتنا جو کا آٹا بنا ہے اتنی ہی مصری پیس کر شامل کرلیں۔ صبح نہار پیٹ نیم گرم پانی کے ساتھ ایک چمچ بھر کھالیں۔ گلے میں رکی ہوئی بلغم نیچے ہوجائے گی یا آہستہ آہستہ خارج ہوجائے گی۔ مجھے خود بھی یا گھر والوں کو دمہ یا بلغم کی تکلیف ہو یہی استعمال کرتے ہیں۔ اس کے لیے دوائی کو نیم گرم پانی سے ہی ضرور لینا ہے۔ میرے بھانجے کو پندرہ سال سے دمہ کی تکلیف تھی وہ کسی دوسرے شہر میں رہتا تھا۔ اچانک جب ملاقات ہوئی یہی نسخہ استعمال کیا تو بہت ہی فائدہ ہوا۔ اب چاول تک کھاتا ہے اور مجھے دعائیں دیتا ہے کہ خالہ پہلے کیوں نہ آپ نے یہ نسخہ بتایا۔

اللہ تعالیٰ اور رسول ﷺ کی لعنت کے مستحق لوگ

(م۔ا)

ایک حدیث میں رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے کہ چھ آدمی ایسے ہیں جن پر میں نے لعنت بھیجی ہے اور اللہ تعالیٰ نے بھی ان پر لعنت کی ہے اور ہر نبی مستجاب الدعوات ہوتا ہے وہ چھ آدمی یہ ہیں:۔ 1۔ اللہ کی کتاب سے زیادتی کرنے والا۔ 2۔ وہ شخص جو جبر و قہر سے اقتدار حاصل کرے اور اس آدمی کو عزت دے جس کو اللہ نے ذلیل کیا ہو اور جس کو اللہ نے عزت عطا کی ہو اس کو ذلیل کرے۔ 3۔ اللہ کی تقدیر کو جھٹلانے والا۔ 4۔ اللہ کی حرام کردہ چیزوں کو حلال سمجھنے والا۔ 5۔ میری امت میں وہ آدمی جو محرمات کو حلال کرنے والا ہو۔ 6۔ اور میری سنت کو چھوڑنے والا۔ (رواہ البیہقی فی المدخل بحوالہ مشکوٰۃ)

ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا: جو کوئی نامحرم پر بدنظر ڈالے اور جس کے اوپر نظر ڈالی جائے (بشرطیکہ جس پر بری نظر پڑی ہے اس کے ارادہ اور خواہش کو اس میں دخل نہ ہو کہ اُسے غیر محرم دیکھے) دونوں پر اللہ تعالیٰ نے لعنت فرمائی ہے۔ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ایسے مرد پر لعنت کی ہے جو عورت کا لباس پہنے اور ایسی عورت پر لعنت کی جو مرد کا لباس پہنے۔ (مشکوٰۃ)

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے کسی نے عرض کیا ایک عورت (مردانہ) جوتا پہنتی ہے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا کہ اللہ کے رسول ﷺ نے ایسی عورت پر لعنت فرمائی ہے جو مردوں کے طور طریق اختیار کرے۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے رسول اللہ ﷺ نے لعنت کی ہے ان مردوں پر جو عورتوں کی طرح شکل و صورت بنا کر ہیجڑے بنتیں اور لعنت کی ان عورتوں پر جو شکل و صورت میں مردانہ پن اختیار کریں اور ارشاد فرمایا کہ ان کو اپنے گھروں سے نکال دو۔ بخاری شریف میں ہے کہ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہما نے فرمایا کہ اللہ کی لعنت ہو گودنے والیوں پر اور گودوانے والیوں پر اور ابرو (یعنی بھوؤں کے بال) چنتی ہیں تاکہ بھویں باریک ہوجائیں اور خدا کی لعنت ہو ان عورتوں پر جو حسن کیلئے دانتوں کے درمیان کشادگی کرتی ہیں جو اللہ کی خلقت کو بدلنے والی ہیں۔ (معارف القرآن جلد ۲ صفحہ ۳۳۵)

گمشدہ چیزیں تلاش کرنے کا عمل

محترم قارئین السلام علیکم! درج ذیل عمل میرا آزمودہ ہے اور انتہائی مجرب ہے۔ جب آپ کی کوئی چیز کھو جائے اور نہ مل رہی ہو تو پورے یقین کے ساتھ سورۂ والضحیٰ پڑھنا شروع کردیں اور جب تک نہ ملے پڑھتے رہیں۔ انشاء اللہ جلد از جلد آپ کی کھوئی ہوئی چیز آپ کے سامنے ہوگی۔

(محمد عبداللہ ہاشمی' اسلام آباد)

قوت باہ میں اضافہ کیلئے: اجوائن کو اگر لیموں کے پانی میں رگڑ کر خشک کر کے سفوف بنایا جائے اور یہ سفوف ایک چھچ چائے والا ہمراہ پانی دن میں ایک بار استعمال کرنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔

جوڑوں کے درد اور ٹوٹی ہڈی سے پریشان متوجہ ہوں!

انہوں نے فوراً سمبلو پسوایا اس طرح کہ گویا پاؤڈر تھا۔ پھر اس میں خالص گھی ڈال کر گندم کے دانے کے برابر گولیاں بنوائیں اور ایک گولی میرے والد کو آدھی پیالی خالص دیسی گھی کے ساتھ دے دی۔ تیسری گولی کے بعد درد کا نام و نشان تک نہ تھا۔

(عقیل نواز خان، ہری پور)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! سب سے پہلے تو اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ آپ کو اور آپ کی پوری ٹیم کو سدا یونہی خلق خدا کی خدمت کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ میں جولائی 2012ء سے عبقری کا قاری ہوں چونکہ گاؤں میں رہتا ہوں اس لیے کچھ نہ کچھ حکمت کا شوق بھی ہے۔ ہمارے ہاں ایک خاص جڑی بوٹی ملتی ہے جڑی بوٹی تو نہیں بلکہ قد آدم کانٹے دار خودرو پودا ہے اس کی خصوصیات ایسی ہیں کہ جی چاہا کہ آپ کے ذریعے عوام الناس تک پہنچا دی جائیں تاکہ زیر استعمال ہو کر لوگوں کو بھی فائدہ ملے اور ہمیں بھی۔

اس جڑی بوٹی کا نام ہے ''سمبلو'' جڑی بوٹی میں بار بار اس لیے لکھ رہا ہوں کہ اس کی جڑ ہی زیادہ استعمال ہوتی ہے۔ خزاں کے موسم میں اس پودے کو جڑوں سمیت اکھاڑا جاتا ہے اور پھر اس کی جڑوں کو دھو کر ان کا چھلکا اتارتے ہیں اور سائے میں خشک کرتے ہیں۔ اس کی دو اقسام ہمارے ہاں ملتی ہیں ایک کو کالا سمبلو اور دوسرے کو پیلا سمبلو کہا جاتا ہے۔ اب میں آپ سے اس کے فوائد کے بارے میں گفتگو کرنا چاہوں گا۔ میرے والد محترم ایک بار درخت پر چڑھے ٹہنیاں کاٹ رہے تھے کہ پاؤں پھسلنے کی وجہ سے نیچے پتھروں پر کمر کے بل آگرے۔ بڑی مشکل سے چل کر گھر تک آئے۔ اللہ بخشے میری دادی مرحومہ کو انہوں نے فوراً سمبلو پسوایا اس طرح کہ گویا پاؤڈر تھا۔ پھر اس میں خالص گھی ڈال کر گندم کے دانے کے برابر گولیاں بنوائیں اور ایک گولی میرے والد کو آدھی پیالی خالص دیسی گھی کے ساتھ دے دی۔ (خیال رہے کہ خالص دیسی گھی اس مقدار میں وہی ہضم کرتا ہے جسے عادت ہو) تیسری گولی کے بعد درد کا نام و نشان تک نہ تھا۔ (ان کو کمر میں سخت اندرونی چوٹ آئی تھی) ہر گولی کے بعد ایک دن کا وقفہ کروایا تھا اور گولیاں رات کو سونے سے پہلے کھاتے تھے۔

دادی مرحومہ بتاتی تھیں کہ اگر کبھی کسی کی ہڈی ٹوٹ جاتی تو اس کو بھی اسی طریقے سے یہی درج بالا نسخہ استعمال کرواتے تھے۔ سمبلو چونکہ گرم تاثیر رکھتا ہے اس لیے ایک دن کا وقفہ کرتے ہیں اور خوراک بھی گندم کے دانے سے زیادہ نہیں دیتے۔ اگر کسی کے دانت میں یا ڈاڑھ میں درد ہوتا تو سمبلو کی جڑ کا چھلکا اس دانت کے ساتھ منہ میں رکھ لیتے فوراً آرام آجاتا' کھانسی چاہے خشک ہو یا بلغمی سمبلو منہ میں رکھنے سے آرام آجاتا۔ اگر کوئی ظاہری زخم آجاتا چاہے جیسا بھی تو سمبلو کا سفوف اس پر ڈال کر اوپر سے سرسوں کے تیل کے چند قطرے ٹپکا دیتے اور پٹی باندھ دیتے یہ ایک بہترین مرہم کا کام کرتا ہے' زخم چند دنوں میں بالکل ٹھیک ہوجاتا ہے۔ یہ تو تھے میرے تجربات۔

اس کے علاوہ میں نے حکیم عبدالوحید سلیمانی صاحب کا مضمون جو کہ ایک مقامی جریدے میں پڑھا تھا جس میں انہوں نے لکھا ہے کہ سمبلو کا تعلق نباتات کے خاندان زرشکیہ سے ہے۔ ان کے تجربات کے مطابق سمبلو خون' جگر' چھاتی اور ہڈیوں کے کینسر کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔ استعمال کا طریقہ انہوں نے یہ لکھا ہے کہ تین ماشے سمبلو کا چھلکا ایک پیالی پانی میں بھگو دیں اور صبح کھانے کے آدھ گھنٹے بعد پی لیں' اسی طرح صبح کو بھگو کر شام کو استعمال کریں۔ اس کے علاوہ انہوں نے اس کو ذیابیطس یعنی شوگر کیلئے بھی شفاء قرار دیا ہے۔

کینسر اور ذیابیطس کیلئے انہوں نے ایک اور طریقے سے بھی اس کا استعمال کرنا لکھا ہے۔ سمبلو کا سفوف ڈبل زیرو کے

لیکوریا کیلئے آزمودہ نسخہ

ھوالشافی: موچرس' برگ گاؤ زبان' کمرکس' سورنجان (شیریں) تمام چیزیں ہم وزن لے کر اچھی طرح بالکل باریک پسوالیں۔ آدھا چمچ نہار منہ دودھ کے ساتھ کھائیں۔ جب ایام سے فارغ ہوں تو شروع کردیں' تھوڑے دن بعد ہی نتائج آپ کے سامنے ہوں گے۔ میں نے ایک رسالے سے یہ ترکیب پڑھی تھی کسی بہن نے یہ نسخہ دیا تھا میں تو اس بہن کو بہت دعائیں دیتی ہوں جس نے یہ نسخہ چھپوایا تھا اور مجھے اسی نسخے کی وجہ سے شفاء ملی۔ اگر کسی بہن کو شفاء ملے تو مجھے ضرور دعاؤں میں یاد رکھے۔ (ر۔ف، لاہور)

قسط نمبر 7

دیمک سے نجات تجربات کے بعد

قارئین نے دیمک سے نجات کے تجربات لکھے جو سلسلہ وار ہم امانت آپ تک پہنچاتے رہیں گے۔

دیمک کیلئے میرے پاس آزمایا ٹوٹکہ ہے وہ یہ کہ آیوڈیکس (جو چوٹ کیلئے) استعمال ہوتی ہے۔ فرنیچر دروازہ وغیرہ میں جہاں دیمک لگ جائے وہاں بھر دیں' میرا آزمایا ہوا ہے' میرے فرنیچر کو دیمک لگ گئی تھی' میں نے یہی طریقہ آزمایا آج تک دوبارہ ضرورت محسوس نہیں ہوئی۔ الحمدللہ!

(مسز معظم، فیصل آباد)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! دیمک کیلئے آزمودہ ٹوٹکہ بھیج رہی ہوں' یہ میرا ذاتی آزمودہ ٹوٹکہ ہے' ہمارے گھر کے دروازے میں دیمک لگ گئی تھی' میری شادی سے پہلے انہوں نے چوکھٹ تبدیل کروائی' پھر دوسری سائیڈ پر دیمک لگ گئی تو میں نے مٹی کا تیل لیکر اس میں پرانی جرابیں اچھی طرح بھگو کر دروازے کی چوکھٹ میں بھر دیں' جتنا حصہ دیمک نے کھالیا تھا اس پر سیمنٹ لگا کر بند کردیا' اب ماشاء اللہ پندرہ سال ہوگئے ہیں الحمدللہ دروازہ بالکل ٹھیک ہے' اسی طرح فرنیچر کو دیمک لگ گئی تو وہ بھی مٹی کے تیل سے ختم ہوگئی' بہت زبردست ٹوٹکا ہے۔ (سیدہ عائشہ)

قارئین کا شکریہ!
چہرے کے غیر ضروری بالوں کیلئے

دیمک' نظر اور نیند کیلئے قارئین نے تحریریں دل کے راز' تجربات' خوب سے خوب تر بھیجے۔ امانتیں میگزین میں لوٹا رہے ہیں اور لوٹائیں گے۔ اب قارئین چہرے کے غیر ضروری بالوں کیلئے اپنے تجربات صرف طبی ضرور بتائیں ایڈیٹر آپ کا منتظر رہے گا۔ منتظر' منتظر اور منتظر۔۔۔!!! جلدی کیجئے مخلوق خدا بہت پریشان ہے۔۔۔!!! صرف آزمودہ تجربات۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

گھریلو حالات دن بدن بد سے بدتر ہوتے جارہے تھے۔ ایک دن میں عبقری رسالہ پڑھ رہا تھا اور اس میں موجود روحانی محفل کا فیض پڑھتے ہوئے مجھے خیال آیا کہ کیوں نہ میں بھی اپنے اس مسئلہ کیلئے روحانی محفل میں کروں۔ میں اس دن سے ہر ماہ باقاعدگی سے روحانی محفل کررہا ہوں اور مسلسل چھ ماہ سے ایک ہی جگہ کام کررہا ہوں اور میں بالکل مطمئن ہوں اور رزق برکت بھی خوب ہے۔ (محمد ریاض، لاہور)

آنکھوں کے امراض سے نجات: سورۃ التکویر (پ 30) پڑھ کر آنکھ پر دم کرنے سے تقویت بصر ہو اور آشوب اور جالا دفع ہو۔

سنت طریقے سے سوئیں جوڑوں کے درد سے آرام پائیں

انہوں نے کہا رات کو ہلکی سی دری زمین پر بچھاؤ اور دائیں طرف مڑ کر سنت کے مطابق سو۔ اور پورے سنت طریقے سے دائیاں ہاتھ چہرے کے نیچے کر کے میں نے کہا دائیں طرف تو ڈاکٹروں نے مجھے سونے سے منع کیا ہے۔

(ڈاکٹر محمد شعیب ملک' ایبٹ آباد)

ہمارے گاؤں کے ایک بزرگ آدمی عمر تقریباً پچاس باون سال' ایک سفر کے دوران گاڑی میں میرے ساتھ بیٹھ گئے اور گپ شپ لگانے لگے۔ باتوں کے دوران انہوں نے بتایا کہ ڈاکٹر صاحب مجھے تین چار ماہ پہلے یہ تکلیف تھی کہ میری گردن میں سخت درد رہتا' میرا دائیاں بازو بہت سخت درد کرتا تھا اور کبھی کبھی سن بھی ہو جاتا تھا اور سن ایسا ہوتا تھا کہ مجھے بازو کو دوسرے ہاتھ کے ساتھ ادھر اُدھر کرنا پڑتا تھا۔ کافی ڈاکٹروں سے دوائی لیکن کوئی آرام نہ آیا۔ پھر نیورو سرجن کو دکھایا اس نے تمام ٹیسٹ وغیرہ کروانے کے بعد بتایا کہ آپ کے مہروں میں گیپ کم ہو گیا ہے' اس نے مجھے کچھ ورزشیں بتائیں اور گلے میں پہننے کیلئے پٹہ سا دے دیا اور کچھ درد دور کرنے کیلئے گولیاں بھی دیں اور کہا کہ اس کا علاج آپریشن کے علاوہ کچھ نہیں اور آپ دائیں طرف بھی نہ سوئیں۔ میری تکلیف کو گولیوں سے عارضی افاقہ ہوتا لیکن جب گولیوں کا اثر اترتا تکلیف جوں کی توں' آپریشن میں کروانا نہیں چاہتا تھا کیونکہ بہت سے دوستوں سے بھی مشورہ کیا سب نے اس آپریشن کا منع کیا۔ اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ ایک دفعہ ایک دوست کی دکان پر بیٹھا ہوا تھا' سخت تکلیف میں تھا' اتنے میں ایک بزرگ سا آدمی آیا جس کی اس دکاندار دوست سے اچھی خاصی پہچان تھی اور اس نے پوچھا انہیں کیا ہوا ہے۔ دکاندار دوست سے میری تکلیف کی ساری رام کہانی انہیں سنا دی تاکہ شاید یہ کوئی حل بتا سکیں۔ وہ میرے پاس آئے اور کہا کہ آپ کی تکلیف کا حل بتاتا ہوں' میں نے کہا دوائیاں بہت کھائی ہیں اب دوائی نہیں کھاؤں گا۔

انہوں نے کہا دوائی نہیں کھانی ہے بس سنت پر عمل کرنا ہے۔ انہوں نے کہا رات کو ہلکی سی دری زمین پر بچھاؤ اور دائیں طرف مڑ کر سنت کے مطابق سو۔ اور پورے سنت طریقے سے دائیاں ہاتھ چہرے کے نیچے کر کے میں نے کہا دائیں طرف تو ڈاکٹروں نے مجھے سونے سے منع کیا ہے' کہنے لگے کہ ہر ایک چھوٹی سی چھوٹی سنت میں بھی شفاء ہے۔ آپ کو ایک دو دن تکلیف ممکن ہے ہو یا زیادہ ہو اس کے بعد آپ دیکھیں گے کہ بغیر دوائی آپ کو اللہ تعالیٰ شفاء دیں گے۔

میں گھر آیا تو سوچا کہ ڈاکٹروں نے منع کیا ہے اور یہ نہ ہو تکلیف زیادہ ہو۔ پھر سوچا چاہے جو کچھ بھی ہو سنت میں شفاء ہے' ضرور سنت کے مطابق سوؤں گا۔ پہلے دن سویا تکلیف بہت زیادہ' اس طرح تین دن تکلیف بہت زیادہ لیکن میں نے کہا جو مرضی ہے ہوتا رہے سنت کے مطابق ہی سوؤں گا۔ چوتھے دن سے مجھے تکلیف ہلکی محسوس ہوئی' اس طرح بتدریج تکلیف کم ہوتی گئی اور اب میں اللہ کے فضل سے بالکل ٹھیک ہوں' نہ درد ہے نہ بازو سن ہوتا ہے اور اب میں کبھی کبھار بیڈ پر فوم کے گدے پر بھی سو جاتا ہوں لیکن اب تکلیف وغیرہ بالکل نہیں ہوتی لیکن میری کوشش ہوتی ہے زمین پر ہی سوؤں اور کہا ڈاکٹر صاحب جو نیند کا مزہ زمین پر سونے کا ہے وہ فوم کے گدے پر نہیں۔

مزید کہا کہ انسان اگر حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنتوں پر عمل کرنا شروع کر دے تو کبھی بیمار نہ ہو اور کہنے لگے کہ ڈاکٹر صاحب میں آپ کو بتاؤں کہ جو شفاء حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنتوں میں ہے وہ کسی دوائی میں نہیں اور ہر ایک سنت میں انسان کی بڑی سے بڑی بیماری کیلئے شفاء ہے۔

درود شریف سے شفاء ہی شفاء

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے بچپن سے بہت بخار ہوتا تھا جو چھوٹنے کا نام ہی نہیں لیتا تھا' 2003ء میں میں نے کالج میں ایک اسلامک لیکچرار سے متاثر ہو کر درود شریف پڑھنے کی نیت کی کہ تمام درود پاک اپنے پیارے اور آخری نبی رحمت دو جہاں سرور کونین حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کو پڑھ کر ہدیہ کیا کروں گا۔ پھر میری ایسی عادت بن گئی کہ رات کو سونے سے پہلے درود شریف پڑھ کر ہدیہ کر کے سوتا ہوں۔ ورنہ اس کے بغیر نیند نہیں آتی۔ 2003ء سے 2013ء تک دس سال ہو گئے ہیں ایک رات کا بھی ناغہ نہیں ہوا' کبھی ایسا نہیں ہوا کہ میں درود شریف پڑھ کر ہدیہ کیے بنا سو گیا ہوں اور ان دس سالوں میں مجھے کبھی بھی بخار نہیں ہوا۔ ہلکی سی بھی طبیعت کبھی خراب نہیں ہوئی۔ (ب' ا)



ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں اور مراقبہ بھی کرواتے ہیں۔ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ قرآن میں اللہ پاک کا ارشاد مبارک ہے کہ اللہ سے وہی لوگ ڈرتے ہیں جو صاحب علم ہیں اور حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: علم حاصل کرنا ہر مسلمان مرد و عورت پر فرض ہے۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جان لو کہ علوم بہت ہی زیادہ ہیں اور عمر بہت ہی تھوڑی ہے اس لیے تمام علوم و فنون کا انسان پر سیکھنا فرض نہیں ہے۔ علم اتنا سیکھنا فرض ہے جس سے عمل درست ہو اور اللہ پاک نے ان لوگوں کی مذمت کی ہے جو غیر مفید علم سیکھتے ہیں۔ اللہ پاک نے قرآن میں ایسے لوگوں کی مذمت کی ہے اور فرمایا ہے یہ ایسے علوم سیکھتے ہیں جو نفع کا ذریعہ نہیں بلکہ نقصان کا باعث ہیں۔ ہارون الرشید کے دور میں ایک شخص اس کے دربار میں آیا اور کہا کہ میں ایک فن جانتا ہوں۔ ہارون نے اسے دکھانے کی اجازت دی' اس نے ایک سوئی کو زمین میں گاڑھا اور دور جا کر دوسری سوئی کو ایسے نشانے سے پھینکا کے سوئی اس کے سوراخ سے گزر گئی۔ ایسا بہترین نشانہ تھا' ہارون نے کہا کہ اسے اتنے کوڑے لگاؤ اور اتنے درہم انعام دو۔ درباری حیران کہ کوڑے کیوں؟ ہارون نے کہا کہ اس شخص نے ایسے فضول فن پر محنت کی ہے جو نہ دنیا میں کسی کام کا اور نہ آخرت کیلئے باعث نفع۔۔۔ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے باقاعدہ دعا فرمائی ہے کہ یااللہ! مجھے ایسے علم سے بچا جو مجھے دنیا و آخرت میں نفع نہ دے۔ حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: عبادت کرنے والا بغیر علم کے کولہو کے گدھے کی طرح ہے۔ اگر اس کے پاس علم و معرفت نہیں ہے اور صرف عبادت ہے تو اس کے بھٹکنے کے خطرات ہیں۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے عوام الناس میں دو گروہ دیکھے ہیں۔ پہلا گروہ علم کو عمل پر فضیلت دیتا ہے جبکہ دوسرا گروہ عمل کو علم پر ترجیح دیتا ہے اور یہ دونوں گروہ غلط ہیں۔ مزید فرمایا: بہترین عمل اس وقت ہوتا ہے جب اس کے ساتھ صحیح علم بھی شامل ہو۔



جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاھوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے، اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہورہے ہیں لیکن اس پر اسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

وہ جن تھا یا ایٹم بم۔۔۔!: وہ سبزی فروش جن تو واقعی کوئی ایٹم بم لگا۔ اس نے جب مجھے اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ کے کمالات بتائے تو میری عقل دنگ رہ گئی۔ کہنے لگا: میں انسانی شکل بنا کر گھر سے نکلتا ہوں اور ہر جگہ جا کر سبزی بیچتا ہوں' مجھے یاد نہیں کہ آج تک کہیں میرا مال رکا ہو' کہیں مجھے پریشانی ہوئی ہو' کہیں میرے مسائل حل نہ ہوئے ہوں' مشکلات نے مجھے گھیرا ہو' پریشانی اور تنگدستی نے مجھے مایوس کیا ہو۔ مجھے قطعی کوئی فکر نہیں اور زندگی کے حالات نے مجھے اس سے پہلے بہت مایوس کیا ہوا تھا ظاہر ہے ہم سفید پوش لوگ ہیں' مہنگائی بہت زیادہ ہے۔ میں منڈی میں صبح صبح جاتا ہوں۔ انسان اور جنات دونوں کو سبزی اور پھل بیچتا ہوں۔ آپ سوچ نہیں سکتے میری سبزی کی مقدار کتنی ہوتی ہے اور میں کتنی زیادہ سبزی بیچتا ہوں۔ شاید ہی آپ کے انسانوں میں کوئی بڑے سے بڑا سپر سٹور یا بڑے سے بڑا تاجر اتنی سبزی بیچ سکتا ہوگا۔۔۔!!! آپ ہرگز نہیں مانیں گے اور آپ پریشان ہوں گے کہ شاید میں جھوٹ بول رہا ہوں لیکن یہ سچ ہے کہ میں سچ بول رہا ہوں۔ بس ایک کام۔۔۔! بس میں ایک کام کرتا ہوں صبح اٹھتا ہوں اور ایک ہزار بار اللھم غفرلی پڑھتا ہوں لیکن اس وقت پڑھتے ہوئے مجھے دنیا جہان کی کوئی فکر نہیں ہوتی میں اللہ کے نام میں' اللہ کی محبت میں اور اپنے گناہوں کے اعتراف میں اتنا پاگل اور دیوانہ ہوتا ہوں اور اتنا مست ہوتا ہوں کہ پھر مجھے کسی چیز کی فکر نہیں رہتی اور ویسے رہنی بھی نہیں چاہیے حقیقت یہی ہے کہ میں دل کی دنیا اسی استغفار سے پاچکا ہوں۔ رزق کی دنیا' روح کی دنیا اور میرے حالات بہتر ہوئے ہیں اور زندگی میری بہتر سے بہترین ہوئی ہے اور پریشانیاں مجھ سے دور ہوئی ہیں۔ میں اپنی مشکلات میں اتنا گرا ہوا تھا کہ میرا جی چاہتا تھا کہ میں مرجاؤں۔ مگر اب۔۔۔!!! مگر اب میں مطمئن ہوں جب سے میں نے یہ استغفار شروع کیا۔ اب تو قدم قدم یہی کرتا ہوں ایک بار ایسا ہوا کہ میں نے آم بہت زیادہ لے لیے' مجھے علم نہیں تھا کہ آم مصالحے کے پکے ہوئے ہیں' دوپہر تک آموں کی شکل تبدیل ہونا شروع ہوگئی۔ مجھے پریشانی ہوئی بس پھر میں نے دل ہی دل میں استغفار بہت زیادہ پڑھنا شروع کردیا۔ استغفار پڑھنا تھا کہ نا معلوم کہاں کہاں سے انسان اور جن میرے پاس آنا شروع ہوگئے اور میرے آم آناً فاناً ایسے بکے کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔ **ہر پریشانی و مصیبت کا حل صرف استغفار:** ایک دفعہ میں نے خربوزوں کا سودا کیا' اس شخص کے پاس خربوزے بہت زیادہ تھے ان میں پکے بھی تھے اور کچے بھی۔ سودا یہ طے ہوا کہ مال اس کے پاس رہے گا کیونکہ میرے پاس جگہ نہیں ہے اور پکے خربوزے میں ساتھ ساتھ لیتا جاؤں گا اور پیسے دیتا جاؤں گا کچھ پیسے میں نے اسے دے دیئے۔ وہ مال تقریباً سولہ سترہ دن چلنا تھا لیکن دو تین دنوں کے بعد اس کے تیور اور اس کا انداز بدلنے لگا۔ میں حیران ہوا کہ یہ کیا ہوگیا؟ مجھے کہنے لگا آپ نے جتنا مال لے لیا اس کے پیسے مجھے جتنے بنتے ہیں دے دیں باقی آپ جانیں اور آپ کا کام۔۔۔ایک آدمی میرا یہ مال نقد رقم پر لینے کو تیار ہے' وہ انسان تھا اسے علم نہیں تھا کہ میں جن ہوں کیونکہ میں جب انسانوں سے سودا کرتا ہوں تو انسانی شکل میں بن کر جاتا ہوں۔ میں حیران بھی اور پریشان بھی ہوا کہ بیٹھے بٹھائے اس نے کیا بات کردی۔ میں نے اس کی منت کی کہ ایسا نہ کر ہمارا طے ہے اور زبان کی کوئی حیثیت ہوتی ہے لیکن وہ نہ مانا۔۔۔! میں اس سے اُس دن کا مال لے کر واپس آگیا اور پھر اس کا تصور کرکے میں نے اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ پڑھنا شروع کردیا۔ سارا دن مال بھی بیچتا رہا اور پڑھتا بھی رہا حتیٰ کہ رات سوتے تک بھی یہی پڑھتا رہا۔ صبح اٹھا تو یہی پڑھتا رہا۔ صبح اور پھل سبزیاں بھی میں نے خریدیں ساتھ اس سے میں نے خربوزے بھی اٹھانے تھے' میں اُس کے پاس گیا تو وہ مجھے نہ ملا لیکن اس کے کارندوں نے مجھے خربوزے اٹھانے سے منع نہ کیا' میں خربوزے اپنی ضرورت کے پکے ہوئے اٹھا کر لے آیا کیونکہ طے یہ ہوا تھا کہ ساتھ ساتھ کھیتوں سے خربوزے آتے جائیں گے جو پکے ہوئے ہوں گے میں لوں گا اور جو کچے ہوں گے رکھے جائیں گے' ہوں گے سارے میرے لیکن حسب ضرورت لیتا جاؤں گا۔ دوسرے دن بھی میں یہی وظیفہ مستقل پڑھتا رہا' دوسرے دن پھر نہ ملا یا تو کسی کام سے ادھر ادھر ہوجاتا یا پھر دانستہ مجھ سے دور رہا۔ **سچ بتاؤ کون سا وظیفہ پڑھا۔۔۔!!!:** مجھے اس کی سمجھ نہ آئی' اس طرح تین چار دن کے بعد وہ مجھے ملا اس نے کسی قسم کی کوئی بات کی اور نہ کسی شکل میں کوئی رکاوٹ ڈالی' آخرکار میرا سودا مکمل ہوگیا اور میں اپنے سودے کو لے کر چل پڑا۔ اسی طرح جتنے دن طے تھے وہ پورے ہوگئے۔ میں نے اس کا سارا بل ادا کردیا۔ آخری دن جب میں جانے لگا تو اس نے مجھے ایک بات کہی جس دن میں نے آپ سے مال نہ دینے کی بات کہی تھی اور میں نے آپ کو سامان نہ دینے کا فیصلہ کرلیا تھا اور یہ میرا فیصلہ اٹل تھا لیکن پتہ نہیں میرا دل کیوں پریشان رہا؟! اور مجھے بخار ہوگیا' چند دن جو آپ سے میری ملاقات نہ ہوئی' میں بخار میں رہا' بخار تھا بھی نہیں لیکن تھا بھی۔۔۔ بس! میری طبیعت میں بے چینی' گھبراہٹ' اکتاہٹ بار بار ایک سوچ آتی تھی کہ میں نے آپ کے ساتھ ایسا کیوں کیا اور آپ کو ایسا کیوں کہا؟! الغرض آپ کا سودا جب پورا ہوگیا تو میری طبیعت میں سکون آگیا پھر وہ شخص مجھ سے کہنے لگا سچ بتاؤ کہ آپ نے کوئی وظیفہ پڑھا تھا کوئی تسبیح کی تھی آخر کیا کیا تھا؟

تو میں نے کہا میں صرف ایک ہی وظیفہ پڑھتا ہوں اور وہ ہے اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ بس اسی وظیفے سے

میرے مسائل' میری مشکلات اور میری پریشانیاں حل ہوتی ہیں اور میں زندگی کی ناکامیوں سے نکل کر کامیابیوں پر آتا ہوں اور نامرادیوں سے نکل کر بامرادیوں پر آتا ہوں اور ایسے ایسے میرے مسائل حل ہوتے ہیں اور ایسی ایسی مشکلات دور ہوتی ہیں کہ میں ان مسائل اور مشکلات کو بیان نہیں کر سکتا۔

پریشان خاتون کا شوہر سات پھونکوں سے ٹھیک: سبزی فروش جن مزید کہنے لگا کہ آپ کو ایک واقعہ سناتا ہوں میں مسلمانوں کی ایک بستی میں سبزی فروخت کر رہا تھا۔ ایک گھر میں میں نے رونے کی آواز سنی' وہ گھر مجھ سے ہمیشہ سبزی یا پھل لیتا رہتا تھا۔ میں نے اس گھر کے سامنے صدا لگائی تو ان کی خاتون جو مجھ سے سبزی لیتی تھی اور بولی آج ہم کچھ نہیں لیں گے کہ میرے میاں کو سخت تکلیف ہے۔ میں نے پوچھا آپ کے میاں کو کیا ہوا؟ کہنے لگیں: رات اچانک نیند میں اٹھے اور گھر سے چل پڑے اور میں پریشان۔۔۔ کہ مجھے خبر ہی نہیں کہ وہ کہاں چلے گئے؟ آگے ایک پرانا کنواں تھا جو بند تھا اس میں گر گئے' ہمیں تو خبر ہی نہ ہوئی کہ اس پرانے کنوے میں کیسے اور کس طرح گرے؟ وہ تو جب انہیں ہوش آئی تو آوازیں لگاتے رہے' صبح سکول کے بچے جا رہے تھے۔ انہوں نے آوازیں سنیں تو ڈر گئے کہ شاید کوئی جن ہے۔۔۔!!! وہ بھاگ گئے لیکن انہوں نے یہ بات سکول میں سنائی' سکول کے ایک استاد نے بھی سن لی نامعلوم اسے کیا خیال آیا کہ شاید کوئی آدمی گرا ہو تو وہ چلتا ہوا اس کنویں کے قریب آیا کہ یہ شخص یعنی میرا شوہر اندر سے آوازیں لگا رہا تھا' پہلے تو وہ بھی ڈر گیا جب اس نے اپنا تعارف کرایا۔ میں فلاں شخص ہوں' فلاں جگہ رہتا ہوں' اس تعارف سے اس کو بھی کچھ تعارف ہو گیا اور وہ پریشان ہو گیا کہ تم کیسے گرے؟ اس نے اپنی ساری حالت بتائی۔ اس نے ہمارے گھر اطلاع پہنچائی' ادھر ہم پریشان تھے کہ نامعلوم رات کو اغوا ہو گئے' کہاں چلے گئے؟ ان کی کوئی خبر نہیں۔ جب ہمیں اطلاع ملی' ہم گئے' رسے باندھ کر ایک بندہ نیچے اترا' ان کو رسے باندھ کر بڑی مشکل سے باہر نکالا۔ اب ان کو جگہ جگہ چوٹیں لگی ہوئی ہیں' تھوڑی تھوڑی دیر بعد بہکی بہکی باتیں کر رہے ہیں' نامعلوم ان پر جادو کر دیا یا جنات کا یا بیماری کا اثر ہے' اس خاتون کو پتہ نہیں تھا کہ میں خود جن ہوں۔

میں نے کہا کوئی بات نہیں' میرے پاس ایک دم ہے' وہ کر دیتا ہوں' انشاء اللہ آپ کا شوہر ٹھیک ہو جائے گا۔ گھر میں اور بہت سے لوگ جمع تھا جب میں گھر میں داخل ہوا تو لوگوں نے ناگواری کا اظہار کیا کہ ایک سبزی والا دم کرے گا' عجیب سی بات ہے میں نے کسی کی پرواہ نہ کی۔ میں نے سانس روک کر اَللّٰهُمَّ اغْفِرْلِیْ پڑھنا شروع کر دیا اور اَللّٰهُمَّ اغْفِرْلِیْ پڑھتے پڑھتے چونکہ ہم جنات کا سانس بڑا ہوتا ہے' میں نے اس پر پھونک ماری' پہلی ہی پھونک پر اس نے آنکھیں کھولیں' میں نے پھر پڑھنا شروع کر دیا۔ سات پھونکوں پر وہ اٹھ کر بیٹھ گیا۔

گھر میں خوشیاں اور لوگ حیران۔۔۔!: گھر میں خوشیاں اور لوگ حیران ہو گئے کہ اس سبزی والے کے پاس ایسا کون سا منتر اور کمال ہے کہ اس نے اتنا بڑا عمل کر دیا اور نیم مردہ شخص کو ایک دم میں زندگی اور اٹھنے پر مجبور کر دیا۔ لوگ میری خدمت کیلئے آگے بڑھے لیکن میں نے کہا نہیں اور ان کو یہی وظیفہ بتا دیا کہ آپ یہی وظیفہ مستقل سارا گھر وضو بے وضو ہر حالت میں پڑھے۔ سینکڑوں' ہزاروں' لاکھوں کی تعداد میں یہ مسئلہ حل ہو جائے گا چونکہ میں نے علاقے بانٹے ہوئے ہیں۔ **سبزی بیچوں یا مریض ٹھیک کروں۔۔۔!!!** دو تین دن کے بعد پھر میرا وہیں جانا ہوا اور میں نے صدا لگائی تو شاید وہ لوگ میرے آنے کے منتظر تھے۔ وہ نہیں اور لوگ بھی میرے منتظر تھے اور انہوں نے بھی اپنے کچھ لاعلاج مریض جمع کیے ہوئے تھے۔ انہوں نے میرے لیے بہت سے تحائف اور گفٹ اکٹھے کیے ہوئے تھے' میں پریشان لیکن میں نے ان کی بات سنی۔ کہنے لگے: جب سے آپ ہمیں یہ بتا کر گئے ہیں ہم تو بہت حیرت اور حیرانگی میں چلے گئے ہمارے تو اور بھی بڑے مسئلے حل ہوئے اور اب محلے والوں نے اپنے اور مریض اکٹھے کیے ہیں کہ وہ سبزی والا جب بھی آئے گا ہم اس سے اپنے مریضوں کا علاج کریں گے۔ میں حیران ہو گیا کہ میں اپنی سبزی بیچوں یا اتنے سارے مریضوں کا علاج یعنی دم کروں۔ جاؤں تو کہاں جاؤں۔ جس کو دم کرتا وہ ٹھیک ہو جاتا: ان کی منت' رونا دھونا اور ان کی باتوں نے مجھے مجبور کیا میں نے سب کو بٹھا لیا اور باری باری دم کرنا شروع کر دیا جس کو میں دم کرتا جاتا تھا وہ بفضل تعالیٰ صحت یاب ہوتا جاتا۔ احساس ہوتا تھا کہ شاید آج تک بیماری نہیں ہوا۔ اس دم میں اور اس وظیفے میں ایک انوکھی تاثیر' انوکھی طاقت اور انوکھی قوت ہے جو میں نے بہت زیادہ محسوس کی۔ **تربیت اولاد:** اس خاتون نے جس نے یہ لوگ اکٹھے کیے تھے مجھے کہنے لگی جب سے آپ اَللّٰهُمَّ اغْفِرْلِیْ کا ورد دے کر گئے ہیں' میری عقل حیران ہے اتنے فائدے۔۔۔! اتنے کمال' اتنی تاثیر کہنے لگی: میرا ایک بچہ ہے' وہ پڑھنے میں باغی ہے' گھر سے بار بار بھاگ جاتا ہے ہر وقت گالیاں دیتا ہے' سب کو برا بھلا کہتا ہے نامعلوم اس نے گالیاں کہاں سے سیکھی ہیں۔۔۔ ہمارے گھر میں تو گالیوں کا ماحول ہے ہی نہیں۔۔۔ میں نے اس کے تصور میں دن رات اس کو پڑھنا شروع کر دیا۔ اتنا زیادہ پڑھا' اتنا زیادہ۔۔۔ خود مجھے احساس ہونے لگا کہ میں خود اتنا زیادہ کبھی پڑھ بھی سکتی تھی' اتنا زیادہ پڑھتے پڑھتے مجھے اس بچے میں بہت زیادہ تبدیلی محسوس ہونا شروع ہو گئی اور اس کے انداز میں' اس کی کیفیات میں اور اس کے اٹھنے بیٹھنے میں اس کی زبان درازی کو ختم کرنے میں بہت زیادہ فائدے پہنچے۔ اتنے زیادہ کہ میں گمان نہیں کر سکتی۔ ایک فائدہ جو مجھے پہنچا وہ یہ پہنچا کہ بچہ خود بخود نماز پڑھنا شروع ہو گیا اور خود بخود سارا دن درود شریف پڑھتا ہے حالانکہ پہلے اسے کہہ کہہ کر تھک گئے۔ گیارہ سال کا بچہ جس نے ہمارے ناک میں دم کیا ہوا تھا لیکن اب اللہ کا فضل ہے اس کے مزاج اور طبیعت میں بہت فرق ہے۔ سبزی فروش جن نے اس کی بات کاٹتے ہوئے جو بات کہی وہ یہ کہی بچوں کی تربیت اولاد کی ترقی اور زندگی کی کامیابیوں کیلئے اس وظیفے کو میں نے بہت زیادہ آزمایا ہے اور زندگی بہت کامیابیوں میں بڑھتی چلی گئی اور اتنی زیادہ کامیابی بڑھی کہ گمان سے باہر ہے۔ (جاری ہے)

خوشخبری۔۔۔!!! آخر قارئین جیت گئے

حضرت علامہ صاحب بتائیں گھریلو الجھنوں کا حل

عبقری کے قارئین عرصہ سے حضرت علامہ صاحب سے رابطے کے خواہشمند ہیں' آخر مجبور ہو کر حضرت علامہ صاحب نے سوالات کے جوابات دینے کی حامی بھر لی ہے۔ ادارہ ان کا مشکور ہے۔ قارئین اپنی گھریلو الجھنیں رسالے کے صفحہ نمبر 56 پر دیا گیا کوپن پر کر کے بھجوا دیں۔ کوپن کے بغیر خطوط کا جواب نہیں دیا جائے گا۔ ایک کوپن کے ساتھ صرف ایک ہی مسئلہ لکھیں' باری آنے پر جواب ضرور دیا جائے گا۔

خاص نوٹ: اس کا جواب جوابی لفافہ کے ذریعے ہرگز نہیں ہوگا بذریعہ رسالہ ہی ہوگا۔

اس سے بھی زیادہ پراسرار واقعات اور لاجواب وظائف اور سابقہ اقساط پڑھنے کیلئے ''جنات کا پیدائشی دوست'' کتاب پڑھیے

دو انمول خزانے نے بائیس سال پرانا جادو ختم کر دیا

اس دوران میرے شوہر کی نوکری بھی ختم ہو چکی تھی اور وہ گھر بیٹھے ہوئے تھے۔ پھر اپنا کاروبار کیا وہ بھی نہ سنبھال سکے' جس کام میں ہاتھ ڈالتے صرف نقصان ہی اٹھاتے۔ جب میرا بچہ گیارہ مہینے کا ہوا تو اچانک بیمار ہوا اور دو دن کے اندر اندر وہ مر گیا

محترم قارئین! آج سے بائیس سال پہلے میری شادی میری خالہ کے گھر ہوئی۔ شادی کے بعد میرے شوہر کا رویہ میرے ساتھ بہت اچھا تھا۔ مگر کچھ مہینوں بعد وہ بالکل مجھ سے لاپرواہ ہو گئے' انہیں میری کوئی فکر نہ ہوتی' ایک مرتبہ میں کمرے سے باہر کام میں مصروف تھی کہ میرے کمرے میں خود بخود آگ لگ گئی اور میرے جہیز کا آدھے سے زیادہ سامان جل کر خاکستر ہو گیا۔ میری ساس کا رویہ بھی دن بدن میرے ساتھ خراب ہوتا جا رہا تھا مگر زندگی گزرتی رہی۔ میرے میاں ایک فیکٹری میں کام کرتے تھے۔ ایک مرتبہ میرے کمرے کے بیچ و بیچ ایک لونگ پڑی ہوئی ملی کیونکہ فرش صاف اور میرے علاوہ کوئی اور تھا بھی نہیں۔۔۔ میں نے وہ لونگ اپنے سسرال والوں کو دکھائی تو میری ساس مجھے ایک عورت کے پاس لے کر گئیں۔ اس نے سارا حساب لگا کر بتائی کہ کوئی لڑکی ہے جو آپ کے شوہر سے شادی کرنا چاہتی تھی وہ آپ کے سسرال میں سے ہے' وہ آپ پر جادو کروا رہی ہے تاکہ آپ کا گھر ٹوٹ جائے۔ انہوں نے لڑکی کا نام اور حلیہ کچھ نہ بتایا۔ کچھ تعویذ دیئے جلانے کیلئے میں نے جلائے مگر کوئی فائدہ نہ ہوا اور میرے شوہر کا رویہ مجھ سے مزید بد سے بدتر ہو گیا۔ دن گزرتے گئے پونے دو سال بعد میرے گھر اللہ نے بیٹا دیا' اس دوران میرے شوہر کی نوکری بھی ختم ہو چکی تھی اور وہ گھر بیٹھے ہوئے تھے۔ پھر اپنا کاروبار کیا وہ بھی نہ سنبھال سکے' جس کام میں ہاتھ ڈالتے صرف نقصان ہی اٹھاتے۔ جب میرا بچہ گیارہ مہینے کا ہوا تو اچانک بیمار ہوا اور دو دن کے اندر اندر وہ مر گیا۔ میں نڈھال' شوہر بے کار گھر میں بیٹھا' کسمپرسی کے دن گزر رہے تھے۔ پھر میری چوڑیاں بیچ کر انہوں نے کاروبار شروع کیا' تھوڑا بہت کام چلا۔ اسی دوران دوسرا بیٹا پیدا ہوا آٹھ مہینے کے بعد اس کو بھی وہی تکلیف شروع ہو گئی جو پہلے بیٹے کی ہوئی تھی۔ پھر ہم ایک شاہ صاحب کے پاس گئے انہوں نے چاندی کی تختی دی جو بچے کے گلے میں ڈالنی تھی' سب لوگ تختیوں کا مذاق اڑاتے تھے۔ پھر بیٹی پیدا ہوئی اس کو بھی وہی تکلیف شروع ہو گئی۔ بیٹی نے ڈیڑھ سال بڑی مشکل سے نکالا۔ پھر ہم نے گھر تبدیل کیا تو وہاں بھی حالات جوں کے توں رہے۔ وقت گزرتا گیا۔ جب میری بیٹی آٹھ سال کی ہوئی تو اچانک اس کو الٹی آئی اور میرے ہاتھوں میں ختم ہو گئی۔ آج تک جس کسی کے پاس بھی گئی اس نے یہی بتایا کہ کوئی عورت ہے جس نے جادو یا عمل کیا ہوا ہے۔ لیکن مجھے نہیں پتہ چل سکا کہ کس نے کروایا اور کیوں کروایا۔ ہاں اتنا مجھے پتہ ہے کہ جوانی میں میرے شوہر کی کچھ لڑکیوں سے دوستی وغیرہ تھی۔ انہوں نے ان سے کیا وعدے کیا میرے علم میں کچھ نہیں۔ اسی دوران مجھے پھر لونگ ملی' میں نے گھبرا کر لونگ باتھ روم میں پھینک دی۔ ایک مرتبہ ایک پلاسٹک کی گڑیا آ کر گری جس کے اندر لوہے کی سلاخ گھسی ہوئی تھی' میں بہت ڈری ہوئی تھی' میرے میاں مانتے نہیں تھے۔ میرے شوہر نے کسی کو وہ گڑیا دکھائی تو انہوں نے کہا کہ سخت جادو ہے۔ انہوں نے میرے میاں کو "دو انمول خزانے" پڑھنے کو بتائے اور ساتھ روزانہ 313 مرتبہ سورۂ کوثر پڑھنے کو بتائی۔ ہم دونوں نے یہ چیزیں ایک سال مسلسل پڑھیں تو ہمارے کاروباری حالات بدلنے لگے۔ الحمدللہ! اب میرا ایک بیٹا اور ایک بیٹی ہے۔ بیٹے کو کالج میں داخلہ مل گیا ہے اور بیٹی نویں جماعت کی طالبہ ہے۔ دونوں ماشاء اللہ ذہین ہیں۔ شوہر کا رویہ بھی دن بدن میرے ساتھ بہتر ہو رہا ہے۔ گھر جو ایک عجیب سی بے سکونی تھی وہ دن بدن ختم ہو رہی ہے اور پہلے جو میں لاکھ کوشش کے باوجود نماز ادا نہیں کر پاتی تھی اب الحمدللہ میں اور میری بیٹی پانچ وقت کی نماز اکٹھے پڑھتے ہیں اور نماز فجر کے بعد ایک سپارہ ضرور پڑھتی ہیں جبکہ بیٹا بھی آہستہ آہستہ نماز کی طرف آ رہا ہے اور فجر کے وقت اٹھنا شروع ہو گیا ہے۔ میرا نام شائع مت کیجئے گا۔

قارئین! عبقری میں چھپے یا کسی بھی عمل وظیفے کے کرنے سے آپ کو جادو جنات سے چھٹکارا ملا ہو یا آپ پر کیا گیا جادو ٹوٹا ہوا ہو تو وہ مکمل عمل اور اس کی مکمل روداد تفصیل کے ساتھ دفتر ماہنامہ عبقری میں بھیجئے۔ آپ کا یہ عمل لاکھوں کیلئے فائدہ مند ثابت ہوگا اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ ہوگا۔

مستقبل کے بارے سوچیے!

میں اپنی راہ کی مشکلات اور رکاوٹوں سے کبھی دل برداشتہ نہیں ہوتا بلکہ ان کا خوش دلی اور جرأت سے مقابلہ کرتا ہوں

(فائزہ شہریار، ڈی جی خان)

ایک ماہر نفسیات نے کہا کہ ہر انسان کو تنہائی میں پریشان کن حالات آتے ہیں اور وہ اداس ہو جاتا ہے میں نے اس کا علاج یہ تجویز کر رکھا ہے کہ میں تنہائی کے اوقات میں کوشش کرتا ہوں کہ اپنی ذات کے بارے میں کچھ نہ سوچوں اور دوسرے لوگوں اور چیزوں کے بارے سوچتا رہوں۔ میں نہ ماضی کے عمدہ مواقع سے محرومی یا انہیں گنوانے کے باعث نوحہ خوانی میں مصروف رہتا ہوں اور نہ حال کے روزمرہ مسائل اور مایوس کن حالات پر غور کرتا ہوں بلکہ میں تنہائی کے اوقات میں مستقبل کے اپنے خاکوں میں رنگ بھرتا رہتا ہوں جس سے مجھے خوشی محسوس ہوتی ہے۔ ساتھ ہی میں مستقبل کے اس روشن خاکے کو حقیقت کا روپ دینے کیلئے کوشش بھی کرتا ہوں۔

اس کا نتیجہ یہ برآمد ہوتا ہے کہ میں آئندہ کیلئے اپنے کاموں کو محنت اور لگن سے انجام دینے لگتا ہوں اور اس طرح میری زندگی میں امید' روشنی اور خوشی پیدا ہوتی چلی جاتی ہے۔ میں اپنی راہ کی مشکلات اور رکاوٹوں سے کبھی دل برداشتہ نہیں ہوتا بلکہ ان کا خوش دلی اور جرأت سے مقابلہ کرتا ہوں کیونکہ مجھے علم ہے کہ فکر و غم' مایوسی اور پریشانی میں مبتلا انسان کی دماغی اور اعصابی قوتیں ناکارہ ہو جاتی ہیں اور وہ انجانے میں غیر شعوری طور پر ایسا طرز عمل اختیار کر لیتا ہے کہ اس کے کام سنورنے کے بجائے بگڑ جاتے ہیں اور ناکامی اس کا مقدر بن کر رہ جاتی ہے۔ اس کے برعکس میں چونکہ ہر کام خوشی' مستقل مزاجی اور لگن سے کرتا ہوں اس لیے ناکامی کے اندیشے اور مایوسی کے وسوسے مجھ سے دور رہتے ہیں اور مجھے امید کے دریچوں سے کامیابی کی راہیں روشن نظر آنے لگتی ہیں۔ غمزدہ مایوس اور ناکام انسانوں کو چاہیے کہ اپنا ذہنی رویہ تبدیل کر دیں اس سے یقیناً ان کی مایوسی امید میں' غم خوشی میں' مفلسی امارات میں اور ناکامی کامیابی میں بدل جائے گی۔ کامیاب انسان بننے کیلئے درج بالا نسخہ پر ضرور عمل کریں۔

موسم سرما میں ورزش ایسے کرتے ہیں

عائشہ مظفر' لاہور

موسم خواہ کوئی بھی ہو ورزش کی اہمیت ہمیشہ برقرار رہتی ہے تاہم یہ ضرور ہے کہ سرد موسم میں اپنے آپ کو چست اور سرگرم رکھنے کی خاطر ورزش کی اہمیت کچھ اور بڑھ جاتی ہے کیونکہ جوں جوں سردی میں اضافہ ہوتا ہے اپنے نامناسب اور غیر موزوں لائف اسٹائل کے سبب ہمارے مزاج میں ایک عجیب طرح کی بیزاری' کاہلی اور چڑچڑاہٹ سی در آتی ہے۔ اس بیزاری اور ڈپریشن کی وجہ دراصل موسم سرما کے وہ اثرات ہوتے ہیں جو ماحولیاتی آلودگی اور خود ہماری لاپرواہیوں کے باعث اکثر و بیشتر ہمیں بیماریوں میں بھی مبتلا کردیتے ہیں۔ اس کے علاوہ موسم سرما سے ایک اور بے قاعدگی بھی موسوم ہے جسے ''سیزنل ایفکٹو ڈس آرڈر'' کا نام دیا جاتا ہے۔ اس کیفیت کے تحت سردیوں کے موسم میں ہماری بھوک بڑھ جاتی ہے اور خود بخود نشاست سے بھرپور غذائیں کھانے کی طلب پیدا ہوتی ہے جس کا نتیجہ ظاہر ہے کہ وزن کی زیادتی اور نظام ہضم کی خرابی کی صورت میں برآمد ہوتا ہے۔

سو دوران موسم سرما کے دوران اپنی فٹنس پر توجہ مرکوز رکھیں تاکہ آپ کی صحت اچھی رہے۔ اس کیلئے ورزش سے بہتر طریقہ اور بھلا کیا ہوسکتا ہے؟ لہٰذا ورزش کو اپنے روزانہ کے معمول میں شامل رکھیں تاکہ آپ کا اسٹیمنا' جسمانی لچک' قوت مدافعت اور قوت برداشت نہ صرف برقرار رہے بلکہ اس میں اضافہ ہوتا رہے۔ مزید یہ کہ ورزش کی بدولت آپ کیلوریز بھی گھٹا سکیں گی لیکن اگر سرد ہوا کہ کاٹ جم جانے کے راستے میں حائل ہے تو فکر نہ کریں! آپ گھر پر بھی ایکسائز کرسکتی ہیں۔ ان سطور میں آپ کیلئے چند آسان ورزشوں کے طریقے پیش کیے جارہے ہیں جنہیں آپ کسی مشین وغیرہ کے بغیر گھر پر ہی انجام دے سکتی ہیں۔ سب سے پہلے آپ کیلئے یہ جاننا اہم ہے کہ اگر ہفتے میں چار سے پانچ روز ورزش کی خاطر آدھا گھنٹہ بھی نکال لیں تو اس کی بدولت آپ ایک صحت مند اور پرکشش شخصیت میں تبدیل ہوسکتی ہیں۔

ورزش کی ابتدا ہمیشہ ہلکی پھلکی وارم اپ ورزش سے کریں۔ تاکہ آپ کے جسم کی لچک میں اضافہ ہو اور آپ کسی بھی موچ یا چوٹ وغیرہ سے بچی رہیں۔ یہی نہیں بلکہ وارم اپ ورزش کی بدولت آپ کے دوران خون میں اضافہ ہوتا ہے' جوڑ' پٹھے کھل جاتے ہیں اور ریڑھ کی ہڈی کے علاوہ گھٹنوں کی حرکات میں بہتری آتی ہے۔ ورزش کی ابتدا اسپاٹ جوگنگ یعنی ایک ہی جگہ کھڑے رہتے ہوئے جوگنگ کے انداز میں حرکت سے کریں۔ اس کے علاوہ ہلکی پھلکی جمپنگ کریں' دائیں بائیں جھکیں' آگے جھک کر پیروں کے انگوٹھے چھوئیں' کمر کے بل پیچھے کی جانب جھکیں اور گردن کو دائیں بائیں حرکت دیں۔ مزید یہ کہ اگر گھر کے قریب کوئی لیڈیز پارک ہے تو اس میں چہل قدمی کرنا' دوڑنا' سائیکل چلانا اور سیڑھیاں چڑھنا اترنا بھی بہترین وارم اپ ورزشیں ہیں۔

کک مارنا' اکڑوں بیٹھنا اور اٹھنا اور گھوڑا دوڑانے کی پوزیشن اختیار کرنا۔۔۔ نچلے دھڑ اور ٹانگوں کی خوبصورتی اور مضبوطی کیلئے اچھی ورزشیں ہیں۔ ورزش کی ابتدا کے طور پر تمام اسٹریچنگ ورزشیں بھی خوب رہتی ہیں۔ اسٹریچنگ ایکسرسائز میں وہ ورزشیں شامل ہیں جن سے جسم میں کھنچاؤ اور لچک پیدا ہوتی ہے۔ ان ورزشوں میں بازوؤں کو دونوں اطراف میں پھیلا کر کمر کو دائیں بائیں حرکت دینا' بازوؤں کو

سردیوں موسم سرما کے دوران اپنی فٹنس پر توجہ مرکوز رکھیں تاکہ آپ کی صحت اچھی رہے۔ اس کیلئے ورزش سے بہتر طریقہ اور بھلا کیا ہوسکتا ہے؟ لہٰذا ورزش کو اپنے روزانہ کے معمول میں شامل رکھیں

سر کے اوپر لے جانا اور ٹوئسٹ کرنا وغیرہ شامل ہے۔ اس کے علاوہ وہ تمام ورزشیں جو آپ نے اپنے سکول کے پی ٹی پیریڈ اور سکول اسمبلی میں سیکھی ہوں انہیں ذہن میں تازہ کریں۔ کیونکہ وہ سب بھی بہترین وارم اپ اسٹریچنگ ورزشیں ہیں۔ فرش پر لیٹ کر سائیکل چلانا' لیٹ کر اور دونوں ہاتھ سر کے نیچے رکھ کر بغیر کسی سہارے کے اٹھ بیٹھنا' دیوار پر دونوں ہاتھ لگا کر دیوار کو دھکا دینے کی کوشش کرنا' لیٹ کر دونوں بازو فرش پر رکھنا اور گھٹنے موڑ کر کمر کو اوپر اٹھانا۔ سر کے پیچھے دونوں ہاتھ رکھ کر کروٹ لینے کے انداز میں دائیں بائیں سر کو موڑنا۔ یہ سب پیٹ اور کمر کے پٹھوں کیلئے انتہائی مفید ورزشیں ہیں۔

اگر آپ نے یوگا سیکھا ہے تو یہ آپ کی جسمانی' ذہنی اور روحانی صلاحیتوں میں اضافہ کیلئے بہترین اور مکمل ورک آؤٹ ہے۔ لہٰذا آپ یوگا کے مختلف آسن اختیار کرکے اپنی قوت' اسٹیمنا' لچک اور جسمانی خوبصورتی میں خاطر خواہ اضافہ کرسکتی ہیں۔

متوازن غذا کھائیں: اچھی اور متوازن خوراک آپ کی صحت' نشوونما اور بہترین قوت مدافعت پانے کے ضمن میں بہت اہمیت رکھتی ہے اور کوئی بھی ورزش اس وقت تک کارگر ثابت نہیں ہوسکتی جب تک آپ کی غذا مکمل صحت بخش نہ ہو۔ یہاں آپ کیلئے کچھ مشورے پیش ہیں کہ کس طرح اپنی غذا کا ایسا پلان مرتب کریں جو آپ کیلئے سودمند ثابت ہوسکے۔

تر و تازہ قدرتی غذاؤں کو اپنی خوراک میں شامل رکھیں۔ جیسے کہ موسم کے پھل اور سبزیاں جو سردیوں میں وافر مقدار میں دستیاب ہوتی ہیں۔ لہٰذا فریش سلاد کھائیں' ہر طرح کا ساگ اور پھلیاں کھانے میں شامل رکھیں اور میوے بھی ضرور کھائیں تاکہ آپ کی صحت پر ان چیزوں کے خوشگوار اثرات مرتب ہوں۔ موسم کی رنگا رنگ سبزیاں اور پھل جیسے کہ بیریز' نارنگیاں اور گاجر وغیرہ اپنی خوراک میں شامل رکھیں کیونکہ ان خوش رنگ پھلوں اور سبزیوں میں اینٹی آکسیڈنٹس پائے جاتے ہیں جو نہ صرف آپ کی یادداشت میں اضافہ کرتے ہیں بلکہ آپ کے دل کی حفاظت بھی کرتے ہیں۔ گرین ٹی' جڑی بوٹیوں کے مفید عرقیات اور مختلف قسم کے سوپ بھی پئیں کیونکہ یہ جسم سے زہریلے مادوں کا اخراج کرتے ہیں۔ ان کے استعمال سے وزن میں کمی بھی آتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ انہیں متوازن خوراک کا درجہ حاصل ہے۔ سردیوں کے موسم میں بھوک زیادہ لگتی ہے لیکن زیادہ کھانے سے اجتناب کریں اور وہی چیزیں کھائیں جو آپ کے معدے پر بار نہ ہوں اور آسانی سے ہضم ہوجائیں۔

مزید یہ کہ رات کا کھانا بھوک رکھ کر کھائیں اور سفید آٹے کی روٹی' ڈبل روٹی اور مرغن غذائیں کم سے کم کھائیں۔ کیفین اور الکحل والے مشروبات کے علاوہ کولڈ ڈرنکس سے جہاں تک ممکن ہو پرہیز کریں۔ اپنی نیند پوری کریں اور سردی کے باوجود سحر خیزی کی عادت ہرگز ترک نہ کریں۔ یہ تمام تجاویز وزن گھٹانے اور فٹنس پانے کیلئے بلاشبہ انتہائی سودمند ہیں۔ تاہم آپ اپنی جسمانی ضروریات کو سمجھتے ہوئے اپنالیں ایسا پلان مرتب کریں جو آپ کیلئے ہر لحاظ سے موزوں ہو۔

زیتون کا تیل چھ تولے میں ایک تولہ کلونجی ہلکا کوٹ کر پانچ منٹ ابالنے کے بعد اگر چند قطرے صبح و شام ناک میں ڈال لیے جائیں تو نہ صرف پرانا زکام ٹھیک ہوگا بلکہ نکسیر میں بھی بے حد مفید ہے۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

عزت نفس کے خیال کی اہمیت

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 5 لاکھ سے زائد افراد اسلام قبول کر چکے ہیں۔ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب "نسیم ہدایت کے جھونکے" پڑھنے کے قابل ہے

ان سے سوال کیا گیا کہ آپ نماز کس طرح پڑھتے ہیں؟ حضرت حاتم اصم رحمۃ اللہ علیہ نے بتایا کہ اذان ہوتی ہے تو بڑی عظمت سے احکم الحاکمین کی منادی سمجھ کر اذان سنتا ہوں' عاجز بندے کی طرح اس کا جواب دیتا ہوں' نیت کے استحضار کے ساتھ وضو کرتا ہوں کہ احکم الحاکمین کے حضور جانے کیلئے پاکی حاصل کرنے کی غرض سے وضو کر رہا ہوں اور خیال کرتا ہوں کہ پانی کے ہر قطرے کے ساتھ میرے گناہ زائل ہو رہے ہیں' بہت مرعوبیت کے ساتھ مسجد کی طرف جاتا ہوں کہ بڑے دربار شاہی میں ایک عاجز غلام کو رسائی حاصل ہو رہی ہے' نماز کیلئے کھڑا ہوتا ہوں تو یہ سمجھتا ہوں کہ موت کا فرشتہ میرے سر کے پیچھے روح قبض کرنے کیلئے تیار ہے' داہنی طرف میرے جنت اور بائیں طرف دوزخ ہے' میں پل صراط پر کھڑا ہوں اور احکم الحاکمین کے سامنے زندگی کی آخری نماز ادا کر رہا ہوں' بڑے وقار کے ساتھ اللہ کو سنانے کیلئے غور کے ساتھ تلاوت کرتا ہوں اور وقار کے ساتھ رکوع سجدہ کرتا ہوں' الحمدللہ! اسی طرح خشوع وخضوع کے ساتھ نماز ادا کرنے کی کوشش کرتا ہوں' سلام پھیر کر منہ پر ہاتھ رکھ لیتا ہوں کہ میری گندی نماز گندے کپڑے میں لپیٹ کر منہ پر نہ مار دی جائے۔

سائل نے پوچھا: یہ کیفیت آپ کو کس طرح نصیب ہوئی؟ حضرت فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کی رحمت کو جوش آیا' ایک ضعیفہ میرے پاس دعا کی درخواست کیلئے آئیں تو اچانک ان کی ریح خارج ہو گئی' کسی مرد کے سامنے ریح کی آواز سے وہ بہت شرمندہ ہوئیں' انہوں نے دعا کی درخواست کی تو میں نے ان کی شرمندگی دور کرنے کیلئے کہا: بی بی ذرا زور سے بولو' وہ عورت خوش ہو گئی کہ چلو اچھا ہوا حضرت تو بہرے ہیں' میری ریح کی آواز نہیں سنی۔

مجھے خیال ہوا کہ اے حاتم تم بہرے نہیں ہو اور تم نے اپنے کو بہرا ظاہر کیا۔ یہ جھوٹ ہے۔ میں نے دو رکعت صلوٰۃ التوبہ پڑھی اور دعا کی۔ یاالٰہی! میں نے آپ کی ایک بندی کی شرمندگی دور کرنے کیلئے اپنے کو بہرہ ظاہر کیا' میرے مولیٰ میدان محشر میں میرا حشر جھوٹوں کے ساتھ نہ فرمائیو' میری قوت سماعت جاتی رہی' اور اصم (بہرا) میرے نام کا جز بن گیا اور میں دنیا میں حاتم اصم مشہور ہو گیا۔ رات کو سویا تو حضور ﷺ کی زیارت ہوئی' ارشاد فرمایا کہ حاتم تم نے اللہ کی ایک بندی کی شرمندگی دور کرنے کیلئے اپنے کو بہرا ظاہر کیا' اللہ کو اس ادا پر اتنا پیار آیا کہ آج دنیا میں جتنے لوگ چلتے پھرتے ہیں تم سے زیادہ کوئی محبوب نہیں' آنکھ کھلی تو میری دنیا بدل گئی تھی' اس کے بعد جو چیزیں مجھے عطا ہوئیں' ان میں سے ایک یہ ہے کہ تیس سال سے اس کیفیت کے ساتھ نماز کی توفیق ہو رہی ہے۔ اللہ کی ایک بندی کی شرمندگی دور کرنے پر جب حضرت حاتم اصم کو اولیاء کا سردار بنایا جا سکتا ہے تو اپنے کسی قول یا فعل سے اللہ کے کسی بندہ کو شرمندہ کرنا بھی آدمی کو اسفل السافلین کے درجہ تک گرا سکتا ہے۔

کاش! ہم اس سلسلہ میں حساس ہو کر زندگی گزاریں!!!

ایک بہت ضروری نوٹ

یہ مجھے میرے بزرگوں سے ملا اور میں اب اسے قارئین عبقری کو ہدیہ کر رہا ہوں۔ عمل درج ذیل ہے:۔ تسبیحات کرتے وقت عام طور پر خیال دوسری طرف چلا جاتا ہے اور یہ دھیان رکھنا مشکل ہوتا کہ کیا الفاظ پڑھ رہے ہیں اس کیلئے آسان طریقہ یہ ہے کہ جب کوئی تسبیح کریں تو تسبیح کے ہر دانے کو دبا کر رکھیں اور یہ ذہن میں ہو کہ اس دانے پر یہ تسبیح پڑھ رہا ہوں اور کوشش کریں کہ مطلب آپ کو سمجھ آتا ہو' اسی طرح اگر انگلیاں تسبیح میں استعمال کریں (گنتی کیلئے) تو انگلی کی اس پور کو دبا کر رکھیں جس پر آپ گن رہے ہیں۔ انشاء اللہ دھیان تسبیح اور اس کے الفاظ سے نہیں ہٹے گا۔ انشاء اللہ یہ عمل جس کے بھی کام آئیگا اس کی برکت سے میرے ماں باپ پر رحمتوں کا نزول ہوگا۔ (ق، ج)

سورۂ رحمٰن سے درد چشم کو آرام

اگر اس آیت کو لکھ کر آشوب چشم والا اپنی آنکھوں پر باندھے گا تو آنکھیں ٹھیک ہو جائیں گی۔ لکھ کر دھو کر پینے سے طحال دفع ہو جائے گا۔

حدیث شریف میں ہے کہ جو شخص سورۂ رحمٰن کو پڑھتا ہے گویا وہ اللہ تعالیٰ کی تمام نعمتوں کا شکر کرتا ہے اور درد چشم میں پڑھ کر دم کریں تو اللہ تعالیٰ شفاء بخشتے ہیں اور مریض طحال پر دم کریں تو صحت ہو جائے گی۔ اگر کوئی گیارہ گیارہ مرتبہ روزانہ پڑھے تو اپنے مقصد میں کامیاب ہو جائے گا۔

اس کے علاوہ سورۂ رحمٰن کی آیت یٰمَعۡشَرَ الۡجِنِّ وَ الۡاِنۡسِ اِنِ اسۡتَطَعۡتُمۡ اَنۡ تَنۡفُذُوۡا مِنۡ اَقۡطَارِ السَّمٰوٰتِ وَ الۡاَرۡضِ فَانۡفُذُوۡا ؕ لَا تَنۡفُذُوۡنَ اِلَّا بِسُلۡطٰنٍ ﴿رحمٰن ۳۳﴾ اگر کتا بھونکتا ہو تو اس پر پڑھ کر پھونکنے سے وہ کتا بھونکنے سے خاموش ہو جائے گا۔ اگر اس آیت کو لکھ کر آشوب چشم والا اپنی آنکھوں پر باندھے گا تو آنکھیں ٹھیک ہو جائیں گی۔ لکھ کر دھو کر پینے سے طحال دفع ہو جائے گا۔ دیوار پر لکھ کر لگانے سے سانپ بچھو دفع ہو جائیں گے۔

دنیا کا کوئی مرض ہو یہ آدھا چمچ علاج

یہ بہت ہی بہترین اور انمول تحفہ عبقری قارئین کیلئے دے رہا ہوں' یہ نسخہ مجھے دہلی کے ایک بہت بڑے حکیم نے بڑی منت اور بہت زیادہ مشقت کے بعد دیا تھا۔ یہ میں نے بہت سے لوگوں پر آزمایا ہے۔ بالکل چھوٹا سا نسخہ ہے صرف تین اجزاء ہیں۔ سوڈا میٹھا' چینی اور ست پودینہ۔ نسخہ: سوڈا میٹھا پانچ تولہ لیں' چینی بیس تولہ اور ست پودینہ ایک تولہ لے کر آپس میں مکس کر لیں۔ جگر کا کوئی مسئلہ ہو معدہ' دل' ہیپاٹائٹس' گیس' تبخیر' جگر سکڑ چکا ہو مثانے کے مسائل' مثانے کی گرمی' الٹیاں' قے' بچوں کے دست' دل کی گھبراہٹ آپ بس آنکھیں بند کر کے دیتے چلے جائیں۔ مقدار خوراک آدھا چمچ بڑوں کیلئے۔ دن میں تین سے چار بار۔ صبح و شام بھی دے سکتے ہیں۔ بچوں کیلئے چٹکی حسب ضرورت۔ حسب طبیعت دے سکتے ہیں۔

مزید کمالات جاننے کیلئے درج ذیل کتاب کا مطالعہ کریں:۔

"گھریلو الجھنوں سے چھٹکارا پانے والے"

(بندشوں کا توڑ اور روحانی ایٹم بم)

مقبول عبادات' فضائل' طبی و روحانی نسخے اور آزمودہ ٹوٹکے اور بہت کچھ۔۔۔۔ اس کتاب میں پڑھیں!

جنہیں علامہ لاہوتی سے فیض ملا ــــــ سلسلہ وار انوکھا انداز

سورۂ اخلاص کے عمل سے کاروباری مشکلات دور

میں نے "جنات کا پیدائشی دوست" سے سورۂ اخلاص کا عمل پڑھا اور یہ عمل کیا' جس سے مجھے بہت زیادہ روحانی سکون ملا' میرے بہت سے اٹکے ہوئے کام ہو گئے' میری کاروباری مشکلات تھیں جو چند دنوں میں دور ہو گئیں۔

پیدائشی دوست نے انقلاب برپا کر دیا

(ع، ق)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ماشاء اللہ عبقری ہم سب قارئین کیلئے بہت فائدہ مند ہے ہم جس لحاظ سے بھی معائنہ کریں عبقری زندگی کے ہر شعبے میں ہمارے لیے فائدہ مند ہے۔ بالخصوص "جنات کا پیدائشی دوست" تو میرے لیے بہت زیادہ دلچسپ اور فائدہ مند ہے اور ہمارے پیارے علامہ لاہوتی پراسراری اور صحابی بابا کے دلچسپ واقعات اور ان کے عطا کردہ وظائف سے میں بہت مستفید ہوا ہوں۔ ان وظائف نے میری زندگی میں انقلاب برپا کر دیا ہے' میں خود کیا جس کسی کو بھی بتایا ان وظائف سے بہت فائدہ ہوا۔ اب بھی میں "جنات کا پیدائشی دوست" کالم میں جو بھی وظیفہ چھپتا ہے ہم سب ضرور کرتے ہیں اور ان سے مستفید ہوتے ہیں۔

اعتماد نہیں تو کچھ نہیں۔۔۔!!!

(ج، ر)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! بندہ ناچیز آپ کا ماہنامہ عبقری شروع دن سے پڑھ رہا ہے۔ ہر ماہ بڑی بے چینی سے رسالے کا انتظار رہتا ہے۔ بندہ ناچیز آپ کے رسالے میں موجود علامہ لاہوتی پراسراری صاحب کا کالم "جنات کا پیدائشی دوست" پہلی قسط سے سلسلہ وار باقاعدگی سے پڑھ رہا ہے۔ شوق کا عالم یہ ہوتا ہے رسالہ وصول ہوتے ہی سب سے پہلا کام "جنات کا پیدائشی دوست" پڑھتا ہوں اور پھر آئندہ کے کالم کا بے چینی سے انتظار کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کے فیض سے امت مسلمہ کو بہرہ مند فرمائے بشمول مجھ گنہگار کے۔ محترم حکیم صاحب! جب میں نے "جنات کا پیدائشی دوست" کی پہلی قسط پڑھی تھی تب بھی حق جانا اور آج بھی الحمدللہ کوئی شک وشبہ دل میں نہیں پاتا۔ جو لوگ شک کرتے ہیں وہ کم فہم ہونے کے ساتھ ساتھ ہٹ دھرمی کرنے میں بہت فراخدلی کا کام لیتے ہیں۔ میں نے "جنات کا پیدائشی دوست" سے سورۂ اخلاص کا عمل پڑھا اور یہ عمل کیا' جس سے مجھے بہت زیادہ روحانی سکون ملا' میرے بہت سے اٹکے ہوئے کام ہو گئے' میری کاروباری مشکلات تھیں جو چند دنوں میں دور ہو گئیں۔ اب یہ عمل جاری ہے اور اس عمل کی برکتیں مجھے نصیب ہو رہی ہیں۔ میں صرف یہ کہنا چاہتا ہوں کہ اگر مجھے علامہ صاحب پر ذرا سا بھی شک ہوتا تو یہ عمل مجھے بھی فائدہ نہ دیتا۔ یہ عمل صرف اُن لوگوں کو فائدہ نہیں دیتا جو عبقری یا علامہ لاہوتی پراسراری کی ذات پر شک کرتے ہیں۔ آج بھی اگر کوئی یقین کے ساتھ کوئی عمل کرے تو یقیناً اُس کو سو فیصد فائدہ ہوگا۔ سورۂ اخلاص کا عمل درج ذیل ہے:۔ رات ایک بجے کے بعد 4 نفل اکٹھے ایک ہی سلام کے ساتھ پڑھنے کی نیت کرے پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 101 بار سورۂ اخلاص مع تسمیہ پڑھے اس طرح ہر رکعت میں پڑھے بس دھیان اور توجہ اللہ کی طرف اور خاص حضوری ہو (ہاتھ میں تسبیح لے سکتے ہیں) سلام کے بعد سر برہنہ کر لیں اور دائیں بازو سے قمیص نکال کر بازو اور کندھا ننگا کر لیں جیسے حالت احرام میں ہوتا ہے پھر 500 بار سورۂ اخلاص پڑھیں اول و آخر درود شریف 11 بار پھر جتنی دیر سارے عمل میں لگتی ہے اتنی دیر خوب گڑگڑا کر بھکاری بن کر دعا کریں رو رو کر مانگیں کہ جسم کا رواں رواں کھڑا ہو جائے بہت لمبی اور عاجزانہ دعا کر کے پھر 100 بار سورۂ اخلاص پڑھیں اور پھر سورۂ اخلاص پڑھتے ہوئے لیٹ جائیں۔ یہ عمل کچھ عرصہ یا کچھ دن مستقل کریں۔ اور قدرت کے کمالات اور حمایت اپنی طرف متوجہ ہوتے دیکھیں آپ حیران رہ جائیں گے۔

تعویذ نبویؐ سے بھانجی پر آیا جن جل گیا

(ب۔ا)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ آپ کی زندگی میں برکت دے' اللہ آپ کو تاقیامت سلامت رکھے' آپ کا سایہ امت محمدیہ ﷺ کے اوپر رہے۔ کچھ عرصہ پہلے کسی حاسد نے میری بھانجی پر جادو کروایا جو کہ ابھی صرف پندرہ سال کی تھی' میں نے اس کیلئے ایک عامل کو بلایا مگر وہ کچھ نہ کر سکا' میں نے اس پر خود عمل کر کے جادو کے ذریعے مسلط جنات کو ہٹایا مگر اس کے بعد میرے اور اس کے اوپر جادو کروایا گیا چونکہ میں تو اپنے اعمال میں لگا رہتا تھا اس وجہ سے جادوگر سے میری روحانی لڑائی شروع ہو گئی میری چونکہ جنات کی لائن نہیں تھی لیکن میں اپنے اعمال کرتا تھا جس کی وجہ سے اس کے موکلات ختم ہوتے رہتے لیکن مجھے اتنی سخت تکلیف ہوتی تھی کہ میں نے بہت مشکل سے اس کو برداشت کرتا۔ پھر میں نے عبقری میں "جنات کا پیدائشی دوست" میں موجود دیئے اعمال کرنا شروع کر دیئے جس سے کچھ سکون ہوا۔ اسی دوران میں نے رسالہ عبقری کے ایک خاص نمبر میں نبی کریم ﷺ کا وہ خط دیکھا جو آپ ﷺ نے جنات کو لکھا تھا میں نے اس کا تعویذ بنا کر اپنی بھانجی کے گلے میں ڈال دیا' جادوگر کے موکلات سامنے آتے اور معافیاں مانگتے کہ اس تعویذ کو نکال دو لیکن میں نے اسے منع کیا کہ ہرگز ایسے نہیں کرنا یہ دھوکہ دینا چاہتے ہیں۔ اس کے بعد ان کے منہ سے آگ کے شعلے نکلتے نظر آتے وہ مجھے تو نظر نہیں آتے تھے مگر میری بھانجی کو سب کچھ نظر آتا تھا۔ اس کے بعد کام اور تیز ہو گیا میں مسلسل یَاقَهَّارُ پڑھتا رہا اور اس کے درختوں جتنے بڑے بڑے موکلات آتے اور جل جاتے۔ یہ خط (تبدیلی نامہ) اکتوبر 2014ء میں بھی چھپ چکا ہے۔ محترم حکیم صاحب میرا نام شائع مت کیجئے گا۔

جنات سے چھٹکارے کے آسان عمل

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس جنات سے چھٹکارے کے درج ذیل تین آسان عمل ہیں یقیناً قارئین کیلئے یہ آسان عمل بہت سود مند ہوں گے۔

1۔ إِنَّهُمْ يَكِيدُونَ كَيْدًا ﴿۱۵﴾ وَأَكِيدُ كَيْدًا ﴿۱۶﴾ فَمَهِّلِ الْكَافِرِينَ أَمْهِلْهُمْ رُوَيْدًا ﴿الطارق:۱۷﴾ اس آیت کو اول آخر تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ گیارہ مرتبہ پڑھ کر چار میخوں پر دم کر دیں اور گھر کے چاروں طرف کیل گاڑھ دیں۔

2۔ اگربتی کا پیکٹ لے کر اس پر ایک بار سورۂ جن پڑھ کر دم کر دیں اور روزانہ ایک اگربتی جلانی ہے۔

3۔ سورۂ یٰسین روزانہ ایک بار پڑھ کر گھر کے چاروں کونوں میں پھونک ماردیں۔ انشاء اللہ ان اعمال سے آپ کو جنات سے چھٹکارا نصیب ہو جائے گا۔ (ی۔ا)

قارئین لائے انوکھے اور آزمودہ ٹوٹکے

قارئین نے بار بار آزمایا پھر عبقری کیلئے سینے کے راز کھولے اور لاکھوں لوگوں کی خدمت کیلئے آپ کی نذر ہیں

زندگی کے نچوڑ نسخہ جات

(ناصر الامین)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! امید ہے آپ خیریت سے ہوں گے' آپ کا ماہنامہ عبقری مجھے پسند ہے۔ آپ اللہ کی مخلوق کی خدمت کررہے ہیں میں تقریباً سال سے زیادہ عرصہ سے آپ کا رسالہ عبقری پڑھ رہا ہوں۔ آج سے میں بھی آپ کی ٹیم میں شامل ہورہا ہوں۔ میری زندگی کے نچوڑ نسخہ جات آپ اور اللہ کی مخلوق کیلئے روانہ کرتا رہوں گا۔ اللہ میری اس کاوش کو قبول فرمائے آمین!

برائے پیچش

خونی پیچش' آؤں' مروڑ حتیٰ کہ خون کسی قسم کا خواہ بواسیر کا یا استحاضہ کا' انشاء اللہ پہلی خوراک سے طبیعت میں سکون آنا شروع ہوگا' انشاء اللہ ہفتہ دس دنوں میں مکمل افاقہ ہوگا۔

ھوالشافی: ریشہ خطمی پانچ تولہ' گل خطمی پانچ تولہ' چھلکا اسپغول پانچ تولہ' بارتنگ بریاں دو تولہ' زیرہ سفید بریاں دو تولہ' حب الآس دو تولہ' بیل گری دو تولہ۔

طریقہ تیاری: سب سے پہلے ریشہ خطمی کو پیس لیں' یہ جڑیں ہونگی' کچھ زیادہ لے لیں' اس کا سفوف بنائیں۔ بعد میں تمام چیزوں کو دستہ میں کوٹیں اور مشین میں گرائنڈ کریں۔ یاد رہے اسپغول کا چھلکا نہیں پیسنا' اسپغول کے چھلکا کو آخر میں ملائیں۔ دن میں دو سے تین بار خوراک ایک سے دو ماشہ ہمراہ شربت انجبار سے دیں۔

پوشیدہ امراض اور بار بار پیشاب کا علاج

بعض حضرات اور بہنوں کو پیشاب بار بار آتا ہے۔ بستر پر پیشاب کردینا۔ سیلان الرحم (عورتوں کا لیکوریا)۔ جریان منی (مردوں کا جریان)۔ **ھوالشافی:** ہلیلہ سیاہ بریاں دو تولہ' ہلیلہ زرد بریاں دو تولہ' کشتہ کوڑی زرد ایک تولہ' پھول کتھ ایک تولہ' جفت بلوط ایک تولہ' کندر ایک تولہ' ثعلب مصری ایک تولہ۔

طریقہ تیاری: ہلیلہ سیاہ اور زرد کو گھی یا تیل میں بریاں کریں اور پیس لیں تمام چیزوں کو پیس لیں اور ملالیں۔

طریقہ استعمال: یہ سفوف ایک سے دو ماشہ صبح و شام ہمراہ کالے چنے کے چھلکے کے قہوہ سے دیں۔ انشاء اللہ مذکورہ امراض سے مکمل شفاء ہوگی۔

ڈینگی وائرس سے بچاؤ

(چوہدری غلام یٰسین قادری)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ بڑے شوق سے پڑھتا ہوں۔ میرے پاس ڈینگی وائرس سے بچاؤ کی درج ذیل نبوی صلی اللہ علیہ وسلم دعائیں ہیں' جس نے بھی کسی بھی وبائی مرض میں استعمال کیں لاجواب پائیں۔ قارئین عبقری کیلئے ہدیہ کے طور پر پیش کرتا ہوں:۔

ڈینگی سے پناہ کی دعا

اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ ترجمہ: میں ہر طرح کے شیطان اور موذی جانور سے اللہ کے کلمات کی پناہ میں آتا ہوں۔

ڈینگی وائرس سے بچاؤ: اس آیت کو مکان کے اندر یا دروازے پر لگادیں' نہایت مفید ہے۔ انشاء اللہ اس مکان میں وباء ہرگز داخل نہ ہوگی۔ (سورۃ الانعام آیت 16 تا 18) مَنْ يُّصْرَفْ عَنْهُ يَوْمَئِذٍ فَقَدْ رَحِمَهٗ وَذٰلِكَ الْفَوْزُ الْمُبِيْنُ ﴿١٦﴾ وَاِنْ يَّمْسَسْكَ اللّٰهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهٗۤ اِلَّا هُوَ وَاِنْ يَّمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ ﴿١٧﴾ وَهُوَ الْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهٖ وَهُوَ الْحَكِيْمُ الْخَبِيْرُ ﴿الانعام ١٨﴾

ڈینگی وائرس بھی اللہ تعالیٰ کے عذاب کی ایک شکل ہے اس کیلئے کثرت سے استغفار کریں اور اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگیں۔ سورۃ تغابن اور سورۃ رحمٰن بھی اس کیلئے مفید ہیں۔

بالوں کی حفاظت

(ث' لاہور)

سردیوں کیلئے تیل: سرسوں کا تیل' زیتون کا تیل' آملے کا تیل ہم وزن لیں لے کر بالوں میں مساج کریں۔ موسمی اثرات سے بال محفوظ رہیں گے۔

گرمیوں کیلئے تیل: سرسوں کا تیل' کدو کا تیل' خشخاش کا تیل ہم وزن لے کر مکس کریں اور بالوں میں روزانہ مساج کریں۔ گرمی کے اثرات سے بال محفوظ رہیں گے۔

جب بال بہت گرتے ہوں: سردیوں میں مکھن آدھا کلو' بادام کی گریاں ایک پاؤ دونوں کو آگ پر ہلکی آنچ پر رکھیں جب جل جائیں تو چھان کر رکھیں استعمال کے وقت ہلکا گرم کرکے لگائیں۔

تیل لگانے کا طریقہ: انگلیوں کے پور کے ساتھ لگائیں۔ ہفتے میں دو بار لگائیں اور بالوں پر ململ کا کپڑا باندھ لیں۔ چھ سے آٹھ گھنٹے لگائیں۔

بالوں کا ماسک: بالوں پر تیل آٹھ گھنٹے لگانے کے بعد تولیہ گرم پانی میں ڈبو کر نچوڑ کر تین بار بالوں پر بار بار لپیٹیں۔ آدھ گھنٹے بعد بال دھولیں۔

دو منہ والے بالوں کا علاج: دہی آدھ کپ سرسوں کا تیل دو کھانے کے چمچ مکس کرکے بالوں کے سروں پر مکمل دہی لگائیں۔ دو گھنٹے بعد بال دھولیں۔

جب بال روکھے اور خشک ہوجائیں: خشک اور روکھے بالوں پر درج بالا ہیئر ماسک لگائیں۔

خشکی کیلئے: ایک بڑے لیموں کا رس لیں۔ چینی دو کھانے کے چمچ مکس کرکے آدھ گھنٹہ رکھیں۔ اب بالوں کی جڑوں میں لگائیں۔ دو گھنٹے بعد بال دھولیں۔

مہندی سے بال رنگنا: مہندی ایک کپ' کافی ایک کھانے کا چمچ' چائے کا قہوہ دو کپ' دہی دو کھانے کے چمچ۔ سب کو مکس کرکے رکھیں' بالوں میں لگائیں' تین گھنٹے بعد خالی پانی سے بال دھولیں' بال سوکھنے پر تیل لگائیں۔ دو گھنٹے بعد بال شیمپو کرلیں۔ سردیوں میں مہندی میں دو گلاس پانی ڈال کر رات بھر رکھیں صبح یہ پانی چھان کر بالوں میں لگائیں تین گھنٹے بعد سر دھولیں۔

نام محمد ﷺ سے شفاء

(محمد ذیشان عارف' کلور کوٹ بھکر)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عرض یہ ہے کہ ہم جنوری 2011ء سے عبقری کے قاری ہیں' ماشاء اللہ بہت

اچھا رسالہ ہے' ہر ماہ شدت سے انتظار رہتا ہے کہ رسالہ کب آئے گا' عبقری سے ہم نے بہت سارے فوائد حاصل کیے ہیں اور لوگوں کو بھی بتائے ہیں ان فوائد سے لوگ بھی فیض یاب ہو رہے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیشہ ہمیشہ آپ کو ہمارے سروں پر قائم و دائم رکھے اور آپ اسی طرح خلق خدا کی خدمت کرتے رہیں۔ (آمین)

کچھ دن پہلے کی بات ہے کہ رات کو اچانک میری آنکھ کھل گئی' میں نے محسوس کیا کہ میرا بایاں بازو جسم کا بوجھ پڑنے کی وجہ سے سُن ہو گیا ہے۔ ایسا لگ رہا تھا کہ اس میں جان بالکل ختم ہو گئی ہے۔ میں پریشانی کی وجہ سے پسینے میں شرابور ہو گیا تو اللہ تعالیٰ نے میرے دل میں بات ڈال دی کہ نام محمد ﷺ میں شفاء ہے۔ میں نے ایک مرتبہ شہادت کی انگلی سے بازو پر محمد ﷺ لکھا' آدھی تکلیف ایک دم غائب ہو گئی' دو مرتبہ لکھا تو تقریباً ختم ہو گئی اور تیسری بار لکھا تو اللہ تعالیٰ نے مکمل شفاء دیدی۔

بلڈ پریشر اور پیٹ کے تمام امراض سے نجات

(مرزا محمد چراغ مرحوم)

ھوالشافی: لہسن تین عدد لیکر ان کو چھیل کر پوتھیاں صاف کرلیں اور ان پوتھیوں کو گھی میں بریاں کرلیں جس طرح دال وغیرہ کو تڑکا لگاتے ہیں' یعنی براؤن رنگ کی ہو جائیں تو پوتھیوں کو گھی سے علیحدہ کرلیں' پلیٹ میں رکھ لیں' تین چمچ چائے سفید زیرہ لیکر پتھر کے کونڈے میں ڈال کر زیرہ سفید کو خوب باریک پیس لیں اور اس میں سبز مرچ اگر بڑی ہوں تو تین عدد' چھوٹی ہوں تو چھ عدد ڈال کر رگڑیں اور بریاں شدہ پوتھیاں ڈال کر گرم پانی تھوڑا تھوڑا ڈال کر رگڑیں اور نمک حسب منشاء شامل کریں' کھانا کھانے کے ساتھ ایک چمچ یہ چٹنی کھائیں۔ فوائد: پیٹ کے تمام امراض' گیس' پیٹ کی گانٹھ بلڈ پریشر اور دل کو بہت مفید ہے ویسے بھی دل تو لہسن پر عاشق ہے۔

ریٹھہ کا تیل بنانے کا آسان طریقہ

ریٹھہ ایک پاؤ لیکر اس کا چھلکا باریک کر کے ایک سیر پانی میں بھگو دیں' تین چار گھنٹہ بھگو کر ہاتھ سے جھاگ پیدا کریں اور اس جھاگ کو پیالی یا پلیٹ میں جمع کرتے جائیں۔ بس یہ ریٹھہ کا تیل ہے۔ بدن پر مالش کریں' جلد کی تمام بیماریوں کیلئے نہایت مفید ہے۔

نکاح کیلئے آزمودہ وظیفہ

(مسعود الرحمٰن غزالی' مظفر گڑھ)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری شادی نہیں ہو رہی تھی' کافی محنت اور مشقت کے باوجود جہاں بھی رشتہ جاتا لڑکی والے ٹھکرا دیتے تھے یا لڑکی ہی انکار کر دیتی تھی' گھر والے بہت پریشان تھے' لوگ طعن و تشنیع بہت کرتے تھے' اپنے بیگانے سب نے رشتہ دینے سے انکار کر دیا تھا۔

یہ بات میں نے ایک دن اپنے استاد محترم کو بتائی' استاد محترم نے مجھے ایک وظیفہ بتایا ہر نماز میں پڑھنے کا اور مزید کہا اس کا ایک فائدہ یہ بھی ہوگا کہ زوجین میں محبت بھی بڑھے گی اور آنے والے حالات اللہ تعالیٰ کی مدد سے کارآمد ثابت ہوں گے۔ میں نے اس وظیفہ کو اللہ کا نام لے کر شروع کر دیا تھا۔ الحمدللہ! اللہ کے فضل و کرم سے چند ہی ماہ بعد میرا نکاح ایک ایسی جگہ ہوا ہے کہ اپنے بیگانے سب حیران رہ گئے۔ اس وظیفہ کی برکت سے اللہ نے ایسا رشتہ عطا کیا ہے الحمدللہ ہر لحاظ سے اچھا ہے' ماشاء اللہ عالمہ فاضلہ کے ساتھ ساتھ حسن اخلاق کوٹ کوٹ کر بھرا ہوا ہے۔ وظیفہ درج ذیل ہے:۔ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا (الفرقان ۷۴)

یہ وظیفہ ہر نماز کے سنن و فرائض' نوافل وتروں کے بعد آخری تشہد یعنی دعائے رب اجعلنی۔۔۔ کے بعد پڑھے۔

اس کے بعد جب بھی دعا کے لیے ہاتھ اٹھائے تو یہ دعا پڑھے اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ اِمْرَاَةٍ تُشَيِّبُنِيْ قَبْلَ الْمَشِيْبِ (تحفہ دولہا)

پھر اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے یہ دعا پڑھتا رہے۔ یَاوَهَّابُ هَبْ لِیْ زَوْجَةً صَالِحَةً۔ (تحفہ دولہا)

یا آٹھ رکعات نفل شادی کی نیت سے پڑھ کر گڑگڑا کر اللہ سے دعا کرے انشاء اللہ کام جلد ہو جائے گا۔ (تحفہ دولہا)

چالیس دن تک تکبیر اولیٰ کے ساتھ نماز باجماعت پڑھے انشاء اللہ چالیس دن کے اندر اندر کام ہو جائے گا۔

نوٹ: سب سے پہلے والی دعا کو ساری زندگی کا معمول بنا لے انشاء اللہ اس سے بہت ہی زیادہ فوائد ملیں گے۔

بعد کی دو دعاؤں کو نکاح نہ ہونے تک معمول بنائے رکھے۔

میرے آزمائے کچھ ٹوٹکے

(مسز جمشید)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ آپ کو ہمیشہ ہمارے سروں پر سلامت رکھے' آپ ایسے درخت ہیں جن کے سائے کے ساتھ ساتھ ہم پھلوں سے بھی فیض یاب ہوتے رہتے ہیں۔ اللہ آپ کو دین و دنیا کی خوشیاں عطا فرمائے۔ آپ کا درس پہلی مرتبہ واہ کینٹ میں سنا اور بیعت لی' بہت پراثر درس تھا۔ ہم عبقری کے مستقل قاری ہیں اور دعائیں بھی استعمال کرتے ہیں اور اس میں موجود وظیفہ جات کرنے سے ہمارے گھریلو حالات کافی بہتر ہوئے ہیں۔ کچھ ٹوٹکے بھجوا رہی ہوں یقیناً ان سے قارئین مستفید ہوں گے۔

معدے کی تیزابیت کیلئے: دودھ کو بغیر شکر کے الائچی ڈال کر ابال لیں اور فریزر میں ٹھنڈا کر کے پی لیں' اتنا ٹھنڈا کرلیں کہ برف بننے والا ہو' چند دن کرتے رہیں۔

بچوں کی کھانسی اور خراب سینہ: تین راتوں کو سوتے وقت سبز قہوہ میں الائچی' ڈوڈا (بہت تھوڑی مقدار میں) اور انار کا خشک چھلکا ابال کر پلائیں۔

پیٹ میں مروڑ' نظام ہضم کی خرابی' قے: خشک پودینے کو قہوہ میں ابال کر پیئے' خشک بھی کھا سکتے ہیں' اس سے پھولا ہوا پیٹ بھی ٹھیک ہو جاتا ہے۔

آئیں ٹوٹکے آزمائیں!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اب ہونٹ نہیں پھٹیں گے: اگر ناف میں سرسوں کا تیل لگایا جائے تو ہونٹ نہیں پھٹیں گے۔ یہ میں نے عبقری میں پڑھا تھا' بہت مجرب ٹوٹکہ ہے' میرا آزمودہ ہے۔ پہلے چپسٹک پر پیسے خرچ ہوتے تھے' جب تیز ہوا چلتی تھی تو خون بھی نکلتا تھا اور ہونٹ مزید پھٹنا شروع ہو جاتے تھے' بس۔۔۔!!! اب روزانہ تیل لگائیں اور اس مصیبت سے بچ جائیں۔ شکریہ عبقری۔ (میرب)

عبقری میں ٹوٹکہ سیکشن کا قیام

اس کار خیر میں آپ بھی حصہ دار بنیں

قارئین! بعض اوقات لاعلاج بیماریوں میں جہاں بڑی بڑی ادویات اور مہنگے علاج ناکام ہو جاتے ہیں وہاں چھوٹے چھوٹے ٹوٹکے کارگر ثابت ہوتے ہیں جنہیں بظاہر کوئی اہمیت نہیں دی جاتی تو قارئین آپ مستقل بڑے بوڑھوں کے وہ ٹوٹکے سنے یا آزمائے ہوئے ضرور لکھیں' عبقری نے ایک ٹوٹکہ سیکشن قائم کیا ہے تاکہ مخلوق کی خدمت ہو اور انسانیت کو نفع پہنچے۔ **نوٹ:** کہیں ایسا نہ ہو کہ ٹوٹکوں والی کتاب اٹھا کر سارے ٹوٹکے لکھ کر بھیجیں ایسا ہرگز نہ کریں۔ صرف آزمودہ اور سینے کا راز ٹوٹکے ہی بھیجیں

سورۃ الانشراح (پ30) سینہ پر دم کرنے سے تنگی اور درد قلب کو سکون ہو۔ سورۃ التین (پ30) گھر پر پڑھ کر دم کرنے سے برکت ہو اور ضرر رساں جانور سے حفاظت رہتی ہے۔

گمشدہ چیز فرد اور سرمایہ پانے کا وظیفہ

قسط نمبر 7

میرے حالات اتنے خراب ہوگئے کہ میرے دماغ کی حالت اتنی خراب ہوجاتی کہ میرا دل کرتا کہ کوئی چیز کھا کر مر جاؤں' میری نظر دن بدن کمزور ہوتی گئی۔ ہمارے اوپر قرضہ دن بدن بڑھتا چلا گیا۔

قارئین! ہر ماہ حضرت حکیم صاحب کا روحانی رازوں سے لبریز منفرد انداز پڑھیے

ایک خاتون نے خط لکھا کہ محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا شکریہ کیسے ادا کروں۔۔۔ میرے پاس الفاظ نہیں ہیں۔ آپ کے صرف ایک وظیفے نے میری زندگی کی ڈھیروں پریشانیاں' مشکلات' الجھنیں۔۔۔ خوشیوں میں بدل دی ہیں۔ مجھے سمجھ نہیں آرہی کہ میں اپنی زندگی کی کہانی کیسے شروع کروں۔۔۔ جب میری منگنی ہوئی تو غیروں میں ہوئی تھی اور لڑکے کا اپنا کاروبار تھا لیکن جب میری شادی ہوئی تو پتہ چلا کہ لڑکا کسی کے ہاں ملازمت کرتا تھا جو اُس نے شادی سے چند دن پہلے ہی چھوڑ دی تھی۔ میرے والد صاحب میری شادی سے ایک سال پہلے ہی فوت ہوگئے تھے' میرے بھائیوں نے میری شادی کی' میرے میکے والے بہت امیر تھے' میری شادی کے بعد میرے میکے والوں کے حالات بہت خراب ہوگئے اور میری شادی کے ایک سال بعد میرا جوان بھائی حادثہ میں فوت ہوگیا اور میرا میکہ بھی تباہ ہوگیا۔ میرے دو بچے پیدا ہوئے جو پیدا ہوتے ہی فوت ہوگئے۔ پھر ایسا ہونے لگا کہ میرے سسرال والے مجھے اکثر گھر سے نکال دیتے۔ پھر اللہ نے مجھے چار بچے دیئے۔ میرے خاوند نے جتنے بھی کام شروع کیے سب ڈوب جاتے۔ کبھی میرا زیور بیچا جاتا کبھی کسی سے پیسے لے کر کاروبار شروع کیا جاتا مگر سرمایہ نہ بچتا۔ میرے خاوند کو شوگر اور بلڈ پریشر کی بیماری ہوگئی اور مجھے جوڑوں کے درد اور پٹھوں کی بیماری ہوگئی۔ میرے حالات دن بدن نیچے جارہے تھے' کوئی کہتا جادو ہے' کوئی نظر بد۔۔۔ بس جس کے منہ میں جو آیا اس نے کہا اور ہم اس کے پیچھے دوڑ پڑے مگر کہیں سے بھی شفا نصیب نہ ہوئی۔

ایک مرتبہ سردیوں میں میرے ساتھ یہ ہوا کہ صبح جب میں جاگی اور اُس وقت سب سوئے ہوئے تھے میں پانی گرم کرنے کیلئے چولہا جلانے لگی تو اچانک چولہے کو میرا ہاتھ لگا تو چولہا بہت گرم تھا ایسے جیسے کسی نے ابھی ابھی جلایا ہو حالانکہ میں نے اس کو آگ نہیں لگائی تھی' ایک دفعہ ہم سب بیٹھے ہوئے تھے اپنے کمرے میں کہ مغرب کے وقت میں نے دیکھا کہ ایک چوہا جس کا سر نہیں ہے' ہمارے کمرے سے باہر گیا میں نے سب سے پوچھا لیکن وہ چوہا صرف میں نے دیکھا تھا کسی اور نے نہیں۔

میرے حالات اتنے خراب ہوگئے کہ میرے دماغ کی حالت اتنی خراب ہوجاتی کہ میرا دل کرتا کہ کوئی چیز کھا کر مر جاؤں' میری نظر دن بدن کمزور ہوتی گئی۔ ہمارے اوپر قرضہ دن بدن بڑھتا چلا گیا۔ ایک وقت کا کھانا کھالیں تو اگلے وقت کا کوئی پتہ نہیں ہوتا' ہم بجلی کا بل ادا نہیں کرسکتے تھے جس کی وجہ سے ہمارا میٹر کٹ چکا تھا' میرے بچے ہروقت ایک دوسرے سے لڑتے رہتے تھے' حتیٰ کہ ایک وقت ایسا آیا کہ ان سارے حالات کی ذمہ دار میں خود کو سمجھنے لگی اور میں اکثر خود کو منحوس کہتی اور سوچتی کہ میری ہی وجہ سے میرا سسرال تباہ ہوگیا ہے' ان کا ہر کاروبار ختم ہوگیا ہے۔ جب سے میں آئی ہوں ان کا زوال شروع ہوگیا ہے۔

میری اور میرے خاوند کی آپس میں بہت زیادہ تلخیاں پیدا ہوچکی تھیں' میں ہروقت سوچتی کہ کبھی میرے شوہر بھی مجھ سے ہنس کر بات کریں گے؟ کیا میں کبھی ان مسائل کے گرداب سے باہر آسکوں گی اور میرے بچے سکون کی زندگی بسر کریں گے اور کیا خدا ہمیں بھی کبھی سکون اور ترقی نصیب کریں گے۔ ان ہی حالات میں نے گھر میں سلائی کا کام شروع کیا اور محلے کی عورتوں نے مجھ سے سوٹ سلائی کروانا شروع کردیئے' ایک دن ایک محلے کی عورت اپنی کسی رشتے دار کے ساتھ آئی اور جب اس نے میرے گھر کے حالات دیکھے اور جب میں نے اپنی ساری روداد سنائی تو انہوں نے مجھے عبقری رسالے کا بتایا اور ساتھ ایک وظیفہ دیا یَا رَبِّ مُوسٰی یَا رَبِّ کَلِیۡمِ بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ اور بتایا کہ اس کو صبح و شام اٹھتے بیٹھتے ہروقت لاکھوں کی تعداد میں پڑھو دیکھو تمہارے حالات کیسے بدلتے ہیں اور تمہارا جتنا سرمایہ مختلف کاروبار میں لگا ہے کیسے واپس آتا ہے۔ پہلے تو مجھے یقین نہ آیا مگر اس نے جب عبقری میں چھپے مضمون اور آپ کے درس کے چند واقعات مجھے سنائے اور اپنے موبائل میں موجود درس مجھے سنایا تو مجھے امید کی کرن نظر آئی۔ میں ہروقت یہی وظیفہ پڑھنے لگی۔ انہی دنوں میرے میاں نے کسی سے پیسے پکڑ کر اور کچھ میرے سلائی سے بچائے ہوئے پیسے شامل کرکے موبائل کی ایک بالکل چھوٹی سی دکان ڈالی۔ کرم یہ ہوا کہ پہلے ہفتے میں ہی دکان کا سارا مال بک گیا اور اگلے ہفتے دوبارہ سارا مال ڈالا الحمدللہ تین ماہ میں میرے میاں کی چھوٹی سی دکان اب بڑی دکان میں بدل چکی ہے' میری بیٹی کو کالج میں داخلہ مل چکا ہے' ہمارے گھر میں اب سکون ہے' بچے آپس میں لڑتے جھگڑتے نہیں' ہمارا بجلی کا میٹر دوبارہ لگ چکا ہے' میرے پاس سوٹ سلوانے کے اتنے آرڈر آچکے ہیں کہ میں سوچ رہی ہوں کسی کاریگر عورت کو اپنے ساتھ گھر میں رکھ لوں۔ میرے شوہر میری اتنی عزت کرنا شروع ہوگئے ہیں کہ مجھے یقین ہی نہیں آتا کہ میں وہی ہوں' جس سے گھر کا کوئی فرد حتیٰ کہ میرے بچے بھی بات تک سننا تو درکنار میری شکل تک دیکھنا گوارا نہیں کرتے تھے۔ آج گھر کا ہر فرد میری عزت کرتا ہے۔ ہمارا قرضہ آدھے سے زیادہ اتر چکا ہے' باقی انشاء اللہ چند ماہ میں اتر جائے گا۔ اب عبقری ہمارے گھر ہر ماہ باقاعدگی سے آتا ہے' ہر جمعرات ہم عبقری کی ویب سائٹ سے لائیو درس سنتے ہیں۔ میں اب بھی سوچتی ہوں کہ اگر مجھے عورت نہ ملتی اور یہ وظیفہ نہ دیتیں تو شاید میں اب بھی اُسی جہنم میں زندگی بسر کررہی ہوتی۔

آیۃ الکرسی اور جنات سے حفاظت

میرے گھر میں اکثر چیزیں چوری ہوجاتی تھیں' گھر میں عطر چوری ہوگیا' جو بھی عطر لاتا وہ چوری ہوجاتا' جس چیز پر خوشبو لگاتا وہ بھی چوری ہوجاتی۔ پھر میں نے تین مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھ کر دم کیا تو عطر چوری نہ ہوا' پھر اس دن کے بعد عطر یا جو بھی چیز لاتا اس پر دم کرتا چوری نہ ہوتی۔ جو بھی چیز جنات چوری کرلے تو آپ اس پر تین مرتبہ آیۃ الکرسی کا دم کریں' چوری نہ ہوگی' کبھی جنات کو تالے اندر پڑی چیز بھی اٹھالیتے ہیں لیکن آیۃ الکرسی کا دم ہو تو پھر کبھی بھی چیز چوری نہ ہوگی۔ (محمد زاہد اقبال' وہاڑی)

فرنیچر کی صفائی اور حفاظت کیسے کریں؟

منصور علی بیگ

ہمارے گھر دراصل ہماری شخصیت اور لائف اسٹائل کے عکاس ہوتے ہیں اور گھروں میں موجود فرنیچر تمام تر کہانی اپنی زبانی سنا رہا ہوتا ہے۔ عموماً گھریلو فرنیچر کی صفائی ستھرائی محض جھاڑن سے کر دی جاتی ہے اور کبھی کبھار گیلے کپڑے سے مگر یہ پہلو نظر انداز کر دیا جاتا ہے کہ اس طرح فرنیچر پر مٹی اور میل کی ایک کثیف تہہ جم جاتی ہے جو کہ فرنیچر کے رنگ اور اس کے اجلے پن کو ماند کر دیتی ہے جو کہ بہت کم عرصے میں برسوں پرانا محسوس ہونے لگتا ہے۔ ماہرین کے مطابق فرنیچر کو صرف کپڑے، تولیہ اور کاغذ سے صاف کرنا ہی کافی نہیں ہے کیونکہ اس طرح غیر محسوس طریقے سے جم جانے والی گرد اور میل کی تہہ بڑھتی جاتی ہے اور اس کی صفائی آنے والے وقتوں میں مزید کٹھن ہو جاتی ہے۔ اپنے فرنیچر کو چمکتا دمکتا رکھنے کیلئے ضروری ہے کہ ایک نم کپڑے سے مٹی یا دھول کی تہہ ہلکے ہاتھ سے اتار دی جائے اور پھر کسی ہلکے ڈٹرجنٹ سے جو کہ رگڑ نہ پہنچا سکے نیم گرم پانی سے دھو لیں۔ ایک وقت میں کسی ایک حصے کی صفائی کریں اور فوری طور پر پانی کو خشک کرنے کیلئے کسی نرم کپڑے کا استعمال کریں تو آپ کا فرنیچر اپنی چمک دمک برقرار رکھ سکتا ہے۔

دراصل فرنیچر کی صفائی اچانک ہی ایک ایسے نکتے پر پہنچ گئی ہے جہاں اسے ڈسٹنگ یا پالشنگ سے کہیں زیادہ کی ضرورت ہے خاص طور پر پرانے اور نایاب فرنیچر کو صفائی کے ذریعہ ہی محفوظ رکھا جاسکتا ہے۔ کسی نایاب چیز کو جو کہ اچھی کنڈیشن میں ہے لاعلمی میں رگڑنے اور نامناسب انداز سے صاف کرنے کے سبب اس کی قدر و قیمت اور امتیازی خصوصیت سے محرومی کے بجائے یہ جاننا ازحد ضروری ہے کہ مختلف قسم کے فرنیچر کی صفائی کیلئے مختلف طریقے آزمانا پڑتے ہیں۔ لکڑی سے بنا ہوا فرنیچر آئل، وارنش، لیکر (لاکھ کا روغن) یا شیلاک (لاکھ کا چپڑا) سے ہی صاف کیا جاسکتا ہے۔ اس نوعیت کی صفائی کیلئے اچھی فرنیچر پالش کریم، فرنیچر کلینر یا کنڈیشنر کا سہارا لیں تو بہتر ہے۔ رنگے ہوئے فرنیچر کی صفائی قدرے آسان ہوتی ہے کیونکہ پینٹ کلینرز بازار سے مائع حالت میں عام طور پر مل جاتے ہیں جو کہ پاؤڈر یا پیسٹ کی شکل میں بھی ہو سکتے ہیں۔ سطح پینٹ کیلئے سب سے موثر کلینر سوپ جیلی ہے پینٹ کئے ہوئے فرنیچر یا رنگی ہوئی سطح کو چمکدار بنانے کیلئے نیم گرم پانی میں بھگویا ہوا کپڑا استعمال کریں یا پھر ایک گیلن نیم گرم پانی میں ایک چمچہ واشنگ سوڈا ملا کر اس میں بھگویا ہوا کپڑا فرنیچر پر آہستگی سے رگڑیں تو رنگ نکھر جائے گا۔ اس کیلئے سوپ سے عاری ڈٹرجنٹ کا استعمال بھی کیا جاسکتا ہے۔ یاد رہے کہ تجارتی طور پر استعمال کئے جانے والے بعض کلینرز جن میں ٹرائی سوڈیم فاسفیٹ بھی شامل ہے فرنیچر کو پھیکا کر دیتے ہیں اور صابن سے ایک جھلی سی بن سکتی ہے۔

لکڑی کا معیاری فرنیچر ایک ایسی نمایاں سرمایہ کاری ہوتی ہے جس کے بارے میں توقع کی جاتی ہے کہ یہ نسلوں تک اپنے فوائد پہنچائے گی جس کی خوبصورتی اور پائیداری کیلئے مناسب صفائی اور دیکھ بھال کی بہت زیادہ ضرورت پڑتی ہے۔ نمی کو زیادہ دیر تک فرنیچر پر نہ رہنے دیں اور اس کیلئے خشک کرنے والی کسی چیز کے استعمال کے بجائے ایسی چیز کا سہارا لیں جو کہ نمی کو چوس لے کیونکہ پانی وقت گزرنے کے ساتھ ہی صفائی کے باوجود سفید دھبوں کا باعث بن جاتا ہے جبکہ الکوحل، پرفیوم، آفٹر شیو اور بعض دوسری طبی طور پر استعمال ہونے والی اشیاء جو کہ اس حوالے سے آزمائی جانے لگی ہیں خطرناک نتائج کو دعوت دے سکتی ہیں لہٰذا فرنیچر کی صفائی کیلئے ہمیشہ کلینرز ہی استعمال کریں۔

فیبرک سے تیار کردہ فرنیچر کی صفائی: کپڑے سے تیار کردہ فرنیچر کی موثر صفائی اسی وقت ممکن ہے جب آپ کو کپڑے کی نوعیت کا علم ہو کہ یہ قدرتی فائبر ہے، سینتھیٹک اور یا دونوں کا امتزاج۔ یوں جب فرنیچر کی صفائی کے موزوں پراڈکٹ کا انتخاب کیا جاسکے گا تو طریقہ بھی بہتر ہوگا۔ تمام ہی کلیننگ پراڈکٹس جو کہ بازار میں دستیاب ہیں لہٰذا اس بات کا خیال رہے کہ فیبرک فرنیچر کی صفائی کیلئے کسی ایسی پراڈکٹ کا سہارا قطعی نہ لیں جو کہ ناموزوں اور ماحول کے اعتبار سے نقصان دہ ثابت ہو، عموماً سستی یا کم قیمت چیزوں کے خریدنے سے اس کا امکان رہتا ہے۔ ایک اور کوالٹی جو کہ آپ کی توجہ چاہتی ہے وہ یہ ہے کہ قدرتی اجزائے ترکیبی پر مشتمل فرنیچر کلینر خریدیں جیسے کہ قدرتی بوٹیوں سے تیار کردہ جو آپ کی صحت کیلئے بھی خطرہ نہیں بن سکتے ہیں، فرنیچر فیبرک کلینرز کو پمپ اسپرے، اسفنج یا کپڑے میں بھگو کر استعمال کیا جاسکتا ہے اور یہ دیکھ کر کہ کس جگہ کتنی زیادہ ضرورت ہے اب چونکہ فیبرک پر لگائی جانے والی کوئی بھی مائع چیز اندر سرایت کر سکتی ہے لہٰذا صفائی کیلئے تیزی سے ہاتھ چلائیں تاکہ فیبرک پر موجود صفائی کے لئے استعمال کی جانے والی پراڈکٹ اپنا دھبہ بھی نہ چھوڑ سکے۔ اگرچہ کہ فرنیچر صاف کرنے والی بیشتر مصنوعات اس یقین دہانی کے ساتھ فروخت کی جاتی ہیں کہ ان سے داغ یا دھبوں کا امکان نہیں ہے مگر اس کے باوجود بہتر آئیڈیا یہی ہے کہ فیبرک پر سے صفائی کا محلول فوری صاف کر کے اسے صاف پانی سے دھو لیا جائے۔ ہمیشہ کسی نئے فیبرک صفائی کے محلول کو آزماتے وقت خیال رہے کہ اسے اس جگہ لگا کر دیکھیں جو کہ بالکل سامنے یا آسانی سے نظر نہیں آتی ہو تاکہ دھبہ پڑ جانے کی صورت میں اسے چھپانا نہ پڑے۔ ہمارے یہاں فیبرک فرنیچر کے ساتھ فیبرک کوڈ کی فراہمی کا رجحان نہیں ہے جبکہ صفائی سے متعلق بھی کوئی ہدایت واضح نہیں کی جاتی ہے تاہم عام اصول یہ ہے کہ فیبرک فرنیچر کی صفائی کرتے وقت داغ یا دھبوں سے بچاؤ کیلئے تیزی سے ہاتھ چلائیں تاکہ ان کا پھیلاؤ نہ ہو سکے۔ کسی جگہ داغ لگا ہے تو اسے رگڑنے کے بجائے کسی اسفنج کے ٹکڑے سے دبا کر صاف کریں۔ عموماً فیبرک فرنیچر کیلئے پانی سے پاک کلینرز کی ضرورت ہوتی ہے، نیز بعض اقسام ایسی بھی ہوتی ہیں جن کیلئے صفائی کا کوئی بھی محلول یا پاؤڈر موزوں نہیں ہوتا ایسے مواقع پر گرد کو صاف کرنے کیلئے ویکیوم کلینر کے علاوہ برش کی مدد لی جاسکتی ہے تاہم بڑی احتیاط سے تاکہ دھبے پڑنے یا کپڑے کے تار کھنچ جانے کا احتمال نہ ہو۔

چند ہدایات: پوشش والے فرنیچر کو براہ راست سورج کی روشنی سے بچائیں کیونکہ الٹرا وائلٹ لہریں رنگوں کو پھیکا اور بھدا کر دیتی ہیں۔ فیبرک پر کسی سخت فائبر یا اسٹیل کا برش قطعی نہ لگائیں کیونکہ یہ فیبرک کی شکل بگاڑ دیگا۔ لکڑی کے فرنیچر کی صفائی اور پالش مستقل بنیادوں پر کرنا اس کی پائیداری میں مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔ مسلسل گرد اور مٹی گندگی یا کھانے پینے کی چیزیں گرنے سے فرنیچر پر بیرونی آلودگی اور جراثیم کو شہ ملتی ہے جو کہ اپنی جگہ بنا لیتے ہیں۔ لیدر فرنیچر کی مصنوعات کو ایک نرم خشک یا معمولی پانی سے نمک پڑے سے پونچھا جاسکتا ہے تاہم اسے خشک کرنے کی کوشش کرنے کے بجائے از خود خشک ہونے دیں اور دھبوں کے امکان سے بچیں۔

خالص شہد کے متلاشی مایوس نہ ہوں!!!

''شہد'' کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتداء فرمان الٰہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الٰہی ہے فِیْہِ شِفَآءٌ لِّلنَّاسِ ''اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔'' ''شہد'' کیمیائے صحت مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔ دل و دماغ اور معدہ وجگر کو غضب کی تقویت بخش کر حرارت غریزی میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ ''شہد'' مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چاٹے گا اسے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد با آسانی لیسدار بلغم کا اخراج کرتا ہے۔ جسم کی ردی رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فالج، لقوہ، استرخا میں بہت نافع ہے۔ نمک لاہوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ، آنکھوں کی کھجلی اور سفید موتیا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور جھریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ مکھن، شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وعید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو دریائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ، مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرنا پڑتا اور صبح وشام میں غور وفکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے چہرے پر جو جھریاں مکڑی کے جالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے مسوڑے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز واقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ وروپ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینہ کے فاسد مواد، تھوک وبلغم، کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولید منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں لہسن پیس کر چاٹنے سے بچھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے ومثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آیورویدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے، حسن افزا ہے، بھوک لگاتا ہے، دل کے جملہ امراض کیلئے نافع ہے، آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جزام، جریان، جلن، کھانسی، خفقان، پیاس، فساد خون، پاگل پن، ہچکی، دمہ پسلی کے درد، امراض چشم، قبض کیلئے انتہائی مفید ہے۔ شہد پھیپھڑوں کو تقویت دیتا ہے۔ حلق کی خشکی اور تنفس کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور دمہ کے مرکبات کا جزو اعظم ہے۔ شہد امراض زنانہ کیلئے نہایت مفید دوا ہے۔ اس کا حمول امراض رحم کیلئے مفید ہے۔ اس کے کھانے سے دودھ، پیشاب اور خون حیض خوب جاری ہو جاتے ہیں۔ یہ رحم کو تمام مواد فاسدہ سے صاف کرتا ہے۔ اگر تازہ زخم پر شہد کا پھاہا رکھ دیا جائے تو زخم بہت جلد بھر جاتے ہیں۔ تیز دھار ہتھیاروں کے زخم مندمل کرنے کیلئے شہد ایک عمدہ آزمودہ دوا ہے۔ جلی ہوئی جگہ پر شہد کا لیپ بڑا مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہٰذا دبلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ شہد کی ایک سلائی آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں میں چمک پیدا ہوتی ہے۔ پانی کے گلاس میں لیموں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رنگت نکھر جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور تیزابیت کنٹرول میں رہتی ہے۔ شہد السر میں بھی مفید ہے۔ شہد بالوں پر لگانے سے جوئیں اور لیکھیں مر جاتی ہیں۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ بھگو کر سر پر رکھیں۔ تیل سر میں خوب جذب ہونے دیں، نصف گھنٹہ بعد شیمپو سے سر دھولیں۔ اس کے علاوہ شہد فشل ماسک اور ہینڈ لوشن کے طور پر بھی استعمال کیا جاتا ہے اس سے جلد صاف اور ملائم ہو جاتی ہے۔